

Dạy con kiểu Do Thái

Sự may mắn của điểm B trừ (^_^)

TS. Wendy Mogel

Lời khen tặng dành cho cuốn sách

"Giọng văn đầy cảm thông của Mogel trong cuốn sách hữu ích này có thể sẽ là cứu cánh cho các bậc phụ huynh."

Nhật báo Người Do Thái

"Đây là cuốn sách gối đầu giường cho tất cả các bậc phụ huynh, dù họ theo tôn giáo nào… *Dạy con kiểu Do Thái: Sự may mắn của điểm B trừ* cho độc giả thấy họ đang có rất nhiều điều may mắn. Mogel đã cố gói ghém rất nhiều lời khuyên thông thái trong khuôn khổ một cuốn sách."

Nhật báo Người Do Thái ở San Diego

"Cuốn sách với nội dung sâu sắc về việc làm sao để nuôi dạy nên những thanh thiếu niên kiên cường, đã đưa ra rất nhiều kiến thức hợp tình hợp lý. Bạn sẽ cảm thấy được an ủi và nhắc nhở rằng dù những năm tháng khi bọn trẻ đến tuổi vị thành niên rất khó khăn nhưng rồi con bạn sẽ trở thành những người lớn tự tin và hạnh phúc."

Tạp chí Phụ nữ Do Thái

"Cuốn sách hay nhất về chủ đề nuôi dạy trẻ vị thành niên."

Điểm sách Rosebud

"Thông minh, dí dỏm và cuốn hút, cuốn sách này là kiến thức quý giá với tất cả những ai có con ở tuổi vị thành niên."

Rabbi Harold S. Kushner, tác giả cuốn sách
Khi người tốt gặp chuyện xấu
(When bad things happen to good people)

"Khả năng biến những tri thức cũ trở nên mới mẻ của Wendy Mogel thật phi thường. Bản thân cô cũng là một người phụ nữ uyên bác. Các bậc phụ huynh ở Mỹ - và do đó cả trẻ em Mỹ nữa - nên biết ơn cô."

Leon Wieseltier

"Tất cả chúng ta nên biết ơn cuốn sách *Dạy con kiểu Do Thái: Sự may mắn của điểm B trừ* này. Cũng giống như Wendy Mogel, cuốn sách này rất vui nhộn và nhiều kiến thức. Nó sẽ cho các bậc phụ huynh thứ họ cần: quan điểm về một công việc phức tạp và thường khiến bạn phát điên -nuôi dạy trẻ vị thành niên."

TS. Michael Thompson, tác giả cuốn sách
Chuyện con trai: Sự phát triển của con trai bạn từ khi mới chào đời đến năm 18 tuổi
(It's a boy: Your son's development from birth to age 18)

"Wendy Mogel đã cho chúng ta một tài liệu thuyết phục và thú vị về những sai lầm của việc làm cha mẹ và phải làm sao với chuyện đó. Với các bậc cha mẹ quá quan tâm đến con cái, đây là cuốn sách không thể bỏ qua."

Patrick Basset, Chủ tịch Hiệp hội Trường học Độc lập Quốc gia

"Trong cuốn sách đặc biệt thẳng thắn và bổ ích này, Wendy Mogel đã đưa ra những lời khuyên thực tế và quan điểm tích cực về tất cả các vấn đề, lớn và nhỏ, mà mọi gia đình - dù có niềm tin và các nền tảng văn hóa khác nhau - đều phải đối mặt khi con cái đến tuổi vị thành niên. Đó là một giọng nói hài hước, lý trí, sáng suốt và đầy cảm thông trong một nền văn hóa được thúc đẩy bởi tính cạnh tranh thái quá, đề phòng thái quá và hiếu động thái quá. *Dạy con kiểu Do Thái: Sự may mắn của điểm B trừ* truyền cảm hứng và an ủi bạn. Quan trọng hơn cả, cuốn sách đáng đọc này cho chúng ta

những công cụ mình cần để trở thành những ông bố bà mẹ tự tin và tỉnh táo hơn. Đó không phải là trí tuệ Do Thái mà là trí tuệ của con người. Và tôi luôn biết ơn về điều đó."

Katrina Kenison, tác giả cuốn sách
Món quà của một ngày bình thường
(The gift of an ordinary day)

“Mẹ à, con đi bơi được không?

Được, con gái yêu quý của ta

Hãy treo quần áo của con lên cành gỗ mại châu

Nhưng đừng đến gần mặt nước.”

- Mother Goose[(1)]

Chú thích của tác giả

Trừ những phần được chú thích riêng, tất cả những giáo huấn Do Thái giáo trong cuốn sách này đều được lấy từ các nguồn sau: Chú giải Kinh Thánh và hầu hết các bản dịch từ tiếng Do Thái được lấy từ cuốn *Torah: Chú giải hiện đại* (The Torah: A Modern Commentary*)* (Liên hiệp Giáo đoàn Do Thái Mỹ, New York, 1981) của Rabbi W. Gunther Plaut, *Ngũ thư và chú giải của Rashi*(The Pentateuch and Rashi's Commentary) (Nhà xuất bản S. S và R., New York, 1949) của Rabbi Abraham Ben Isiah và Rabbi Benjamin Sharfman. Các bản dịch khác là của cuốn *Tanakh:*[(1)] *Bản dịch Kinh Thánh mới* (Tanakh: A new translation of the Holy Scriptures) (Philadelphia and Jerusalem, 1985). Khi lựa chọn giữa ba cuốn này, tôi thường kết hợp chúng lại với nhau.

Trích dẫn các câu nói của thánh Moises Maimonide là từ bản dịch và chú thích của cuốn *Torah truyền khẩu: Luật lệ và đạo đức của Maimonide* (Mishneh Torah: Maimonides code of law and ethics) (Công ty xuất bản Tiếng Do Thái, New York, 1994). Các giáo huấn trong Talmud Babylon được lấy từ ấn bản Schottenstein của *Talmud Bavli* (Nhà xuất bản Mesorah, New York, 1993). Các trích dẫn về quan điểm của Rabbi Girondi về sự hối hận trong Chương 8 và của hoàng tử Rabbi Judah về niềm vui trong Chương 9 từng được Rabbi Joseph Telushkin trong bản sử dụng tóm tắt kinh điển *Trí tuệ Do Thái* (Jewish Wisdom) *(*William Morrow, New York, 1994).

Sự may mắn ẩn giấu trong việc nuôi dạy con cái ở độ tuổi mới lớn

Sau khi phát hành cuốn *Dạy con kiểu Do Thái: Sự may mắn của cái đầu gối bị trầy xước*, mọi người thường hỏi vì sao tôi lại viết cuốn sách đó. Tôi trả lời rằng tôi viết sách để nhắc nhở bản thân mình làm theo những gì được viết trong đó. Và điều này gần như luôn có tác dụng. Bằng cách sử dụng những bài học của đạo Do Thái do chính mình nhắc đến trong cuốn sách, tôi đã không còn bao bọc thái quá, luôn lên sẵn lịch trình, nuông chiều và đặt những kỳ vọng cao ngút trời vào con cái – những thứ vốn là chuẩn mực của vùng Los Angeles, nơi tôi nuôi dạy hai cô con gái nhỏ của mình. Tôi rất rõ ràng và có chiến lược trong việc dạy bọn trẻ biết kính trọng cha mẹ, tôi cũng cố gắng tôn trọng các con bằng cách trân trọng cả tài năng lẫn khuyết điểm của chúng. Ngày nào tôi cũng nhắc bản thân mình nhớ đến câu nói trong đạo Do Thái rằng mọi bậc cha mẹ đều phải dạy con mình học bơi – tôi đã áp dụng triết lý này bằng cách để các con gái mình leo lên những thân cây thật cao, dùng những con dao sắc nhọn, nấu ăn với chiếc chảo nóng và tất nhiên, vì tôi sống ở Nam California, dạy chúng bơi, nhảy từ trên cao và lặn xuống những vùng nước sâu ngay từ khi chúng còn rất nhỏ.

Khi tôi phát hành cuốn sách đầu tiên, các con tôi mới 9 và 13 tuổi. Tôi đã hoàn toàn tự tin khi nghĩ đến quãng thời gian chúng bắt đầu trưởng thành. Khi các con gái tôi bước vào tuổi mới lớn, tôi đã là một chuyên gia. Thật thế. Tôi là một nhà tâm lý học xã hội, có nghĩa rằng tôi được đào tạo bài bản để nhìn nhận các vấn đề liên quan đến cảm xúc trong từng bối cảnh văn hóa cụ thể. Chuyên ngành của tôi là nuôi dạy con cái và sự phát triển bình thường của trẻ. Tôi đã làm việc với các gia đình trong suốt 30 năm liền. Tôi hiểu về các học thuyết liên quan đến vấn đề cá tính hóa, tác động của tuổi dậy thì đến tính cách, nhịp điệu sinh lý hàng ngày phá vỡ giấc

ngủ như thế nào và khao khát phiêu lưu mạo hiểm ở tuổi mới lớn[(1)]. Tôi cũng ý thức rất rõ về tác động của nền văn hóa vận động nhanh chóng, đầy cạnh tranh, thô bạo cùng sự phát triển của công nghệ Internet đến việc phát triển nhân cách ở giới trẻ. Tôi cũng quan tâm đến việc trẻ mới lớn rất dễ bị tổn thương bởi sự lo lắng, thói quen ăn uống bừa bãi, tình trạng tự làm bản thân bị thương, sự thất vọng, các vấn đề liên quan đến học tập, lạm dụng thuốc.

Tôi từng tưởng tượng rằng với những bí quyết liên quan đến chuyên môn cũng như tôn giáo, tôi sẽ dẫn dắt các con gái mình vượt qua tất cả những mối nguy hiểm thường thấy của tuổi mới lớn. Và khi bước qua ngưỡng tuổi đó, các con gái tôi sẽ trở thành những người có trách nhiệm, trưởng thành và có trách nhiệm với gia đình. Dưới sự hướng dẫn của tôi, chúng tôi sẽ có những mối quan tâm chung và những cuộc trò chuyện sâu sắc hơn. Vòng quay cuộc sống thường nhật của gia đình tôi cũng sẽ trơn tru hơn khi giờ đây các thành viên trong gia đình đã cao lớn, thông minh, hợp nhau hơn và sáng tạo hơn.

Điều đó đã không xảy ra

Thay vào đó, khi các con tôi lớn hơn, tiến trình vui vẻ trong cuộc sống hàng ngày của chúng tôi bị bốc hơi hoàn toàn. Giờ đây, thế chỗ vào đó là những cuộc đấu tranh mạnh mẽ không ngớt về mọi chủ đề mà bạn có thể tưởng tượng ra: thức dậy (chúng không thể), đi ngủ (chúng sẽ không làm thế), các công việc lặt vặt (Mẹ! Con không thể làm việc đó được! Con phải tập với ban nhạc sau giờ học và ngày mai con có một bài kiểm tra quan trọng nữa!). Sự gọn gàng đáng yêu trong phòng ngủ của chúng đã biến mất, tàn tích do sự mù quáng của tuổi mới lớn với trang phục và cốc đồ uống vương vãi khắp nơi trên sàn nhà. Những bộ cánh xinh xắn của chúng bị thay thế bởi những thứ trông như rác rưởi vứt đi. Trong hầu hết các cuộc trò chuyện, chúng chỉ nói những câu có một âm tiết qua cánh cửa đóng sập hoặc hét vào mặt bố mẹ. Đôi khi trong ngôi nhà của chúng tôi có nhiều rắc rối và tràn ngập sự giận dữ đến mức tôi nghi ngờ bản thân mình liệu có phù hợp với vai trò làm mẹ hay không. Tôi thắc mắc không biết giờ đã quá muộn hay chưa. Có phải tôi đã

khiến các con mình trở nên hư hỏng? Tôi nhắc nhở bản thân phải lựa chọn tranh đấu. *Nhưng tôi nên lựa chọn cái gì đây,* tôi tự hỏi. Có quá nhiều lựa chọn để tranh đấu. Tôi tự nhủ rằng tôi sẽ để chúng phạm sai lầm, một kiểu để bọn trẻ tự làm đầu gối chúng bị trầy xước ở tuổi mới lớn. Nhưng giờ đây lời khuyên này dường như quá ngây thơ. *Điều gì sẽ xảy ra nếu chúng bị vướng vào những rắc rối thật sự lớn, điều đó có thể phá hủy vĩnh viễn điểm số, sức khỏe hay tương lai của chúng?* Trong công việc, tôi đã giúp đỡ cho hàng trăm gia đình nhưng giờ tôi lại cảm thấy bất lực với chính gia đình của mình.

Tôi thật sự tức giận, rối loạn và cảm thấy rất buồn. Nuôi dạy con trẻ đồng nghĩa với việc hàng ngày bạn được đắm chìm vào những tình cảm và cử chỉ dịu dàng: "Bố mẹ ơi, hãy nằm xuống với con… hãy đọc cho con nghe thêm một cuốn sách nữa đi… hãy ở lại với con cho đến khi con ngủ nhé!". Giờ đây những tấm biển như thế này xuất hiện trên cánh cửa phòng của các con gái tôi: "Đừng làm phiền! Con nói mẹ đấy!". Tôi đấy. Người đã thay những chiếc ga trải giường khi chúng ói mửa, người đã hát ru và khẽ đu đưa, đu đưa, đu đưa cho chúng đi vào giấc ngủ. *Đừng làm phiền. Con nói mẹ đấy.*

Rồi tôi chợt bừng tỉnh. Tôi nhớ ra rằng mình là người theo đạo Do Thái. Khi các con tôi nhỏ hơn bây giờ, chính đạo Do Thái đã giúp tôi biến những vấn đề hàng ngày của việc nuôi dạy trẻ thành những khúc mắc thường nhật thiêng liêng. Nó nhắc nhở tôi rằng con cái là do Chúa cho chúng ta mượn và chúng ta chỉ đơn giản là những người phục vụ. Nó hướng dẫn tôi những nguyên tắc cơ bản nhưng vô cùng có sức mạnh về sự tiết chế, tán dương và thừa nhận. Đúng vậy, tôi đã nỗ lực gấp đôi để mang những nghi lễ của đạo Do Thái vào nhà mình. Tôi sẽ quay lại nướng bánh challah[(2)] từ đôi bàn tay trần. Tôi sẽ nướng nó vào riêng tối thứ Sáu. Tôi hình dung ra cảnh mùi thơm của bánh sẽ len vào phòng các con gái tôi và giống như những vật cúng tế tại ngôi đền cổ thiêng liêng "để làm vui lòng Chúa", chúng sẽ vui mừng và theo mùi thơm đi xuống cầu thang. Chúng sẽ dừng bước ở đầu cầu thang và mỉm cười trước bàn đồ ăn được bày biện đẹp mắt trong ngày Shabbat[(3)], háo hức tham gia vào một nghi lễ đã mang đến sự thống nhất trong gia đình và nâng cao đời sống tinh thần của chúng tôi trong rất nhiều năm. Chúng tôi sẽ

thảo luận Ngũ thư Kinh Thánh[4] về sự bình yên trong gia đình (*shalom bayit*), và với cảm giác khó chịu nhưng tràn đầy hy vọng, các con gái tôi sẽ hỏi liệu chúng có thể sửa chữa thái độ ương bướng, thiếu biết ơn và lười biếng của chúng như thế nào.

Điều này cũng không xảy ra

Buổi tối ngày thứ Sáu, sau khi các con giải thích rằng chúng quá bận và không thể dùng bữa tối Shabbat cùng chúng tôi được, tôi thấy mình trơ trọi bên cạnh chồng, ổ bánh trứng, nước nho cùng rượu, và dư thừa thời gian để suy ngẫm. Tôi quyết định rằng việc quay lại với đạo Do Thái vẫn có tiềm năng nhưng có lẽ tốt nhất là nên bớt chú trọng vào những nghi lễ của gia đình mà thay vào đó là tập trung củng cố những quan điểm tinh thần của riêng tôi.

Một lần nữa, tôi tìm thấy sự thông thái vô cùng thiết thực từ những bài học cổ xưa trong đạo Do Thái. Tôi đọc lại một trong những câu chuyện về sự hình thành nên đạo Do Thái - câu chuyện về hành trình từ Ai Cập đến Vùng đất hứa. Tôi thường thấy chuyến đi này được miêu tả giống như thời kỳ mới lớn của những người theo Do Thái giáo, thời kỳ giữa “tuổi thơ” nô lệ và thời kỳ trưởng thành là những người làm chủ Vùng đất hứa, giờ đây tôi đã nhận thấy được sự giống nhau ấy với con mắt của người đang thực sự ở trong chuyến hành trình đó. Nhà tiên tri Moses[5] đã phải chịu đựng suốt 40 năm khi dẫn dắt một đoàn toàn những người chỉ biết rên rỉ và phàn nàn. Bất cứ khi nào ông không để ý đến họ, dù chỉ trong một phút, họ cũng đều gây ra kiểu rắc rối vô cùng quen thuộc với các bậc cha mẹ có con đang ở độ tuổi mới lớn: nhét đầy thức ăn vào bụng, tôn thờ một vị thần không có thật, la lối om sòm. Khi ông cố giải thích với họ, họ lại mỉa mai ông: “Ở Ai Cập có thiếu mồ mả đến nỗi ngài phải đưa chúng tôi đến cái nơi kinh khủng, quá kinh khủng này không?”, họ hỏi ông như vậy. Họ đe dọa rằng họ sẽ nổi loạn. Họ rên rỉ và khóc lóc rằng họ ước mình lại trở thành nô lệ như trước. Những chú giải trong Kinh Thánh giải thích rằng mặc dù có một con đường tương đối nhanh và trực tiếp xuyên thẳng qua sa mạc nhưng Chúa trời cố tình dẫn Moses đi theo con đường vòng trong hàng thập kỷ. “Thời kỳ mới lớn” của người Do Thái phải đủ dài

và khó khăn để nó thực sự có hiệu quả, để họ có được sự khôn ngoan và cuối cùng, để trưởng thành. Không có con đường tắt nào hết.

Không có con đường tắt nào hết – đó là bài học dành cho các bậc cha mẹ mà tôi đã không nhận thấy. Chuyên môn về tâm lý học của tôi chẳng thể bảo vệ gia đình mình khỏi những thăng trầm khi có những đứa con bước vào thời kỳ mới lớn và không có gì phải nghi ngờ cả: Nuôi dạy con trẻ ở tuổi dậy thì luôn gặp nhiều khó khăn. Chuyện đó *phải* khó khăn. Do Thái giáo đã dạy chúng ta rằng thời kỳ chuyển tiếp khó nhọc của tuổi dậy thì là tất cả những gì được gọi là *tzar giddul banim*– nỗi đau khổ cần thiết khi nuôi dạy con cái. Từ công việc chuyên môn của mình, tôi biết phần lớn sự đau khổ này là do những công việc quan trọng mà bọn trẻ mới lớn làm khi chúng bắt đầu xa cách cha mẹ mình. Chúng đi xa và thiết lập nhân dạng riêng của mình, đồng thời chúng cũng mong muốn có cảm giác an toàn và thoải mái. Chúng chống đối lại quyền lực, vô thức khiến cha mẹ trở nên ít hấp dẫn hơn để có thể dễ dàng rời bỏ họ hơn. Chúng dính lấy bạn bè – những người cũng nguy hiểm và bất ổn như chúng vậy. Việc của chúng là chống đối cha mẹ, là phạm sai lầm để có được cảm nhận sâu sắc về đúng và sai, là từ chối bố mẹ để nhận thức hoàn chỉnh về bản thân mình. Chúng ta cần trải nghiệm "nỗi đau khổ cần thiết" này. Nếu cha mẹ không tôn trọng và đánh giá cao hành trình này, nếu chúng ta cứ khăng khăng (như tôi đã từng làm) cố tìm một con đường tắt, nếu chúng ta không cho con cái thời gian chúng cần để than phiền, mắc những sai lầm ngốc nghếch và chối bỏ chúng ta, chúng sẽ không đến được nơi cần đến. Một lần nữa, tôi bắt đầu viết sách bởi tôi phải làm vậy, bởi tôi cần nhắc nhở bản thân mình phải biết yêu con đường gồ ghề và không bằng phẳng xuyên qua sa mạc của các con tôi.

Tôi thấy cần quay lại với lời khuyên trong Do Thái giáo truyền thống là hãy đọc kinh hay cầu nguyện về lòng biết ơn ít nhất 100 lần mỗi ngày. Bạn buộc phải đọc kinh khi thức dậy vào buổi sáng, sau khi vào nhà vệ sinh, trước khi ăn trái chín đầu tiên của một mùa, trước khi mặc quần áo mới. Thậm chí bạn cũng cầu nguyện khi những chuyện không hay xảy ra: "Cảm ơn Chúa vì đã thử thách

phẩm giá tinh thần của con". Tôi nhận ra rằng việc đọc kinh để vượt qua nỗi đau khổ cần thiết của sự chia cách trong thời kỳ mới lớn của con cái chúng ta cũng có thể là một hình thức rèn luyện tinh thần khôn ngoan cho tất cả các bậc cha mẹ. Không phải bởi chúng ta chấp nhận thái độ lạc quan sai lầm rằng "Mọi chuyện nhà tôi vẫn tốt đẹp" mà bởi sự đau khổ ấy chính là dấu hiệu cho thấy thời kỳ mới lớn của con mình đang diễn ra bình thường. Quan trọng là chúng ta phải hiểu được điểm đặc biệt trong sự phát triển ở thời kỳ mới lớn này, nếu không chúng ta sẽ thấy bị xúc phạm trước sự nổi loạn bình thường của con trẻ ở thời kỳ này. Vấn đề của các con khiến chúng ta lúng túng. Chúng ta chụp nhanh một bức hình của con trẻ trong giai đoạn hiện tại và lầm tưởng đó là bộ phim lớn của cả cuộc đời chúng. Chúng ta vướng mắc với con trẻ đến nỗi không thể lùi lại một chút, suy nghĩ thật sáng suốt và tỉnh táo dẫn đường cho chúng. Thay vì hướng các con đến những giá trị của Do Thái giáo như tự lập, tự kiểm soát, tiết chế và ca tụng Chúa, chúng ta lại đưa ra những lựa chọn thường nhật của mình dựa trên những nỗi sợ hãi do các phương tiện truyền thông sản sinh ra hoặc dựa trên quan điểm của chúng ta về những thứ trông đẹp mắt trên tờ đơn nộp vào trường đại học.

Lời gợi ý rằng các bậc phụ huynh đang mất phương hướng nên nhìn nhận thời kỳ mới lớn là một điều may mắn của tôi có ý nghĩa nhiều hơn là một triết lý dễ nghe. Khi các con bạn còn nhỏ, chưa chấp nhận tôn giáo, bạn có thể làm thay công việc của chúng trong một thời gian. Điều đó có nghĩa là bạn nên nuôi dưỡng thái độ biết ơn và thay đổi quan điểm hơn là cố gắng kiểm soát con mình. Mỗi chương trong cuốn sách đều làm rõ những lời phàn nàn thường gặp ở trẻ mới lớn và cách xem xét lại nó thành một tín hiệu tốt của sự phát triển về tâm sinh lý hoặc tinh thần:

- Những hành vi kỳ quặc của tuổi mới lớn – thật bực mình là chúng hoàn toàn không ăn khớp với những giấc mơ và kế hoạch của bạn – đó là dấu hiệu cho thấy cá tính độc đáo của con bạn đang dần bộc lộ. Khi bạn – các bậc phụ huynh – tập chấp nhận một cách khoan dung khi con cái muốn tự thể hiện

bản thân, bạn đã gia tăng cơ hội giúp con mình trưởng thành cả về tinh thần, đạo đức và tôn giáo.

- Sự hỗn láo của lũ trẻ mới lớn chính là một nghịch lý. Nó cho bạn thấy rằng con bạn đang cố gắng trong tuyệt vọng để tách ra khỏi bạn và rằng bạn chính là người "an toàn" để tiếp nhận cơn giận dữ của chúng khi chúng chưa hoàn toàn trưởng thành. Đây là cơ hội để bạn đặt ra những giới hạn hợp lý cho con và chứng minh rằng người lớn không dễ bị khiêu khích bởi cách hành xử hỗn láo.

- Một trong những cách giúp bọn trẻ nhận ra tầm quan trọng của việc học hành chăm chỉ là phải gánh chịu những hậu quả do tính hay trì hoãn và lười biếng của chúng gây ra. Một bậc phụ huynh khôn ngoan sẽ không can thiệp vào những hậu quả tự nhiên đó, dù nó đồng nghĩa với việc để đứa trẻ bị điểm kém hơn mong đợi.

- Chủ nghĩa vật chất và tính tự cho mình là trung tâm là những hiện tượng hoàn toàn bình thường trong suốt thời kỳ hình thành và thay đổi nhân dạng vô cùng nhanh chóng này. Giống như một người phụ nữ đang mang thai tập trung vào bên trong cơ thể mình, suy nghĩ về chuyện cơ thể mình đang thay đổi và hình dung không biết đứa bé sẽ trông như thế nào, bọn trẻ mới lớn cũng bận tâm như thể chúng tự sinh ra bản thân mình vậy. Cha mẹ có thể tập khoan dung với thời kỳ này và phát hiện ra những cơ hội để dạy con suy nghĩ về tương lai và xa hơn những mối lo chỉ xoay quanh bản thân chúng.

- Khi bọn trẻ phá vỡ các quy tắc, hoặc thậm chí phạm pháp, thường là do chúng không hài lòng với sự hiểu biết chỉ theo kiểu học vẹt về hệ thống đạo đức của chúng ta. Cái gì đúng? Cái gì sai? Liệu người lớn có ý đó khi họ đưa ra các quy tắc không? Liệu có ngoại lệ nào chăng? Bằng cách yêu cầu bọn trẻ sửa sai và giúp chúng điều chỉnh một vài ý nghĩ ngông cuồng của mình, các bậc cha mẹ đã giúp con cái có được hiểu biết thật sự sâu sắc về chuẩn mực đạo đức của xã hội chúng ta.

- Bọn trẻ mới lớn lúc nào cũng lâm vào những tình huống nguy hiểm. Chúng luôn tự chuốc lấy những tình huống kịch tính và chẳng bao giờ lường trước được tai họa. Đặc điểm này mang lại cơ hội tuyệt vời để chúng học về tính tự lập: Làm sao để giải quyết vấn đề và phá bỏ những tình huống khó khăn vì lợi ích của chúng.

- Đôi khi thức khuya chính là cách bọn trẻ mới lớn cố gắng thể hiện sự độc lập của mình và cư xử ngốc nghếch là cách giải tỏa stress trong quá trình trưởng thành. Cha mẹ nên tôn trọng nhu cầu thư giãn, bảo vệ nhu cầu nghỉ ngơi và vui chơi của con.

- Cuối cùng, những thử nghiệm trong giới hạn cho phép với rượu, quan hệ tình dục và thậm chí cả thuốc phiện đều dạy bọn trẻ cách kiểm soát những trải nghiệm có tác động mạnh đó và giúp chúng được an toàn trong khi vẫn còn ở nhà với bố mẹ.

Tôi biết là việc biến những cuộc đấu tranh của con bạn thành những điều may mắn thật chẳng dễ dàng gì. Nó đòi hỏi cả sự sáng suốt và lòng dũng cảm. Trong tiếng Do Thái, từ chỉ Ai Cập là *mitzrayim*. Nó có nghĩa là một nơi chật hẹp. Người Do Thái trốn khỏi Ai Cập và trên sa mạc, vùng đất hoang vu, họ cứ đi mà không có gì đảm bảo về nơi họ sẽ đến. Vùng đất mới và tốt đẹp hơn chỉ là một lời hứa. Họ phải có niềm tin vào người dẫn đường của mình – nhà tiên tri Moses – trong một tương lai không thể biết trước. Cũng giống như vậy, thời kỳ mới lớn của trẻ là quãng thời gian không hề có kế hoạch hay điều gì đảm bảo cả. Cũng thật hấp dẫn khi nghĩ rằng chúng ta nên bảo vệ các con trong suốt sa mạc đi qua tuổi mới lớn. Nhưng đó không phải là công việc của chúng ta. Việc của chúng ta là dẫn chúng vượt qua nó.

Thêm một điều may mắn nữa của việc nuôi dạy bọn trẻ mới lớn: Đây là cơ hội tốt nhất mà bạn có được để phát triển khả năng lãnh đạo của mình. Khi con bạn còn nhỏ, đúng là bạn nên tích cực hướng dẫn chúng. Bạn để chúng tự làm đầu gối mình trầy xước và học hỏi từ những sai lầm, nhưng bạn cũng phải đảm nhiệm rất nhiều nhiệm vụ khác như kiểm tra ba lô của chúng xem có bị thất lạc bài tập về nhà không, đảm bảo rằng chúng đã gội đầu, đội mũ và đeo

găng tay khi trời lạnh. Nhưng giờ đây, khi con bạn đến tuổi mới lớn, công việc của bạn lại hoàn toàn khác. Giống như một ủy viên ban quản trị của công ty phải kìm nén việc quản lý vi mô để công việc trở nên hiệu quả hơn, giờ đã đến lúc bạn phải luyện tập tỏ ra thờ ơ để làm ít đi thay vì can thiệp nhiều như trước.

Thờ ơ không có nghĩa là lạnh lùng hay không thương yêu con cái nữa. Nó cũng không đồng nghĩa với việc bạn rời xa bổn phận làm cha mẹ của mình. Hoàn toàn ngược lại là khác. Thái độ thờ ơ là hành động cân bằng đòi hỏi cả *rachmanut* (lòng từ bi) và *tsimtsum* (năng lượng thần thánh). Đây là một mô hình tinh thần hiệu quả để từ bỏ sự kiểm soát với bọn trẻ dựa trên mối quan hệ của Chúa trời với chúng ta – các con của người. Theo thần thoại Do Thái, ban đầu tất cả mọi thứ đều là Chúa trời, ánh sáng và năng lượng của Chúa tràn ngập khắp vũ trụ. Nhưng để tạo khoảng trống cho thế giới mở rộng, để lấp kín nó với cây cối, loài vật và con người, Chúa phải nuốt, phải rút bớt và thu nhỏ lại quyền năng của mình. Cha mẹ có con ở độ tuổi mới lớn cũng phải làm điều tương tự. Là người lãnh đạo các con, chúng ta phải lùi xa những tình huống khẩn cấp, những sai lầm, những nỗi đau tan nát trái tim và cả sự cự tuyệt nữa. Chúng ta hãy luyện tập để có lòng từ bi (*rachmanut*) và năng lượng thần thánh (*tsimtsum*) bằng cách quan sát các tình huống gay cấn trong ngày dưới con mắt của một quan sát viên như đã cam kết với một chút thích thú. Chứng viêm các tuyến bạch cầu[(6)] đang lan rộng khắp toàn trường hay hành động phạm pháp mà con trai bạn tự mình chuốc lấy khi bị phát hiện đang làm một cú xoay 360 độ ở một bãi đỗ xe đóng băng nào đó, con gái bạn buồn bã và bị tổn thương khi cô bạn thân nhất chỉ trích – hãy phản ứng với những sự kiện đó với sự lo lắng *và* thái độ thờ ơ. Bạn hãy biết phân biệt sự khác nhau giữa cơn khủng hoảng và tình trạng khẩn cấp. Đừng lo lắng quá nhiều về việc nổi tiếng, đừng hành động quá nhanh, hãy phát triển những thú vui hay sở thích bên ngoài cuộc sống gia đình để giảm bớt những căng thẳng còn sót lại, và nói chung, hãy cố gắng tìm ra sự hài hước trong những sự việc đang diễn ra. Bằng cách thở một hơi thật sâu và rút lui, bạn đang tạo khoảng trống cho con mình trưởng thành hơn đấy.

Một cách tiếp cận của người Do Thái với những điều may mắn sẽ giúp chúng ta thoát ra khỏi cách nhìn thiển cận của cuộc sống hàng ngày. ("Con gái tôi bị điểm B trừ trong bài kiểm tra Toán! Ngày tận thế đang đến rồi."). Chúng khiến chúng ta bay bổng rồi lại rớt bịch xuống. Chúng ta *xuống* sâu hơn niềm tin của chính mình, bởi chúng ta chỉ đang bị thử thách mà thôi. Cũng giống như bọn trẻ trở thành những khó khăn lớn nhất của chúng vậy, và vào lúc khi tất cả những người khác phải chịu đựng cảm giác sợ hãi và lo lắng, chúng ta phải có cái nhìn dài hạn với sự phát triển của thời kỳ mới lớn. Và chúng ta *lên* một trải nghiệm và sự khôn ngoan lớn lao hơn. Trong suốt khoảng thời gian 10 năm khi tôi phát hành cuốn *Dạy con kiểu Do Thái: Sự may mắn của cái đầu gối bị trầy xước* và cuốn sách mà các bạn đang đọc đây, tôi đã thấy những đứa con của các bậc cha mẹ tử tế, biết suy nghĩ và nhạy cảm (các bậc cha mẹ này bao gồm chính bản thân tôi, các khách hàng của tôi, bạn bè, gia đình và các bậc phụ huynh tham gia vào các bài giảng của tôi nữa) vật lộn với rắc rối, và sau đó tôi đã thấy hầu hết những đứa trẻ đó lớn lên và trở thành những người trẻ tuổi đáng yêu và thú vị. Giờ đây khi các con gái tôi đã trưởng thành, tôi mới nhớ lại thời kỳ mới lớn của chúng đã khiến tôi mệt mỏi, bối rối và sợ hãi như thế nào. Nhưng khi nhìn lại, tôi cũng đã có rất nhiều niềm vui với "đoàn xiếc lưu động" của những năm tháng ấy, với những tình bạn và những chuyến phiêu lưu tuyệt vời, với những nỗ lực phối hợp của chúng để tìm cách trưởng thành. Là cha mẹ có con ở độ tuổi mới lớn, chúng ta nhận nhiệm vụ phải lãnh đạo từ một vị trí mới, không chỉ cho riêng chúng ta và con cái mà còn cho cả cộng đồng, cho việc *tikkun olam* – hàn gắn những giọt nước mắt khổng lồ trong vũ trụ.

Sự may mắn khi có những đứa con kỳ quặc: Chấp nhận vẻ đẹp độc đáo của con

Hiệu trưởng của một trường trung học từng kể với tôi về một học sinh giấu bố mẹ mình tham gia vào câu lạc bộ kịch ở trường. Bố mẹ rất muốn cô bé được vào học ở một trường đại học danh tiếng và thấy hoạt động này thật ngớ ngẩn và không xứng đáng xuất hiện trong học bạ của con gái. Vậy nên khi tham gia vào các buổi diễn tập, cô bé nói với bố mẹ rằng mình đến học ở thư viện hoặc nhà bạn. Tất cả mọi người – bạn bè, giáo viên phụ trách câu lạc bộ kịch và các thành viên trong câu lạc bộ – đều giúp cô bé giữ kín bí mật của mình. Bố mẹ cô bé chưa từng biết, chưa từng tham gia bất cứ buổi biểu diễn nào của cô và do đó, họ chưa bao giờ được thấy con gái mình làm công việc cô bé yêu thích nhất.

Khi tôi kể câu chuyện này với người phụ trách câu lạc bộ kịch ở một trường trung học khác, ông nói rằng các bậc phụ huynh lo lắng về dòng chữ "tham gia vào các vở kịch" trông sẽ như thế nào trong học bạ. Ông giải thích rằng:

Mỗi.

Vở kịch.

Có.

Một.

Dòng.

Riêng.

Trong.

Học.

Bạ.

“Các vị thấy đấy, đó mới là lãnh địa thực sự của học bạ!”, ông nói với các vị phụ huynh như vậy. “Câu lạc bộ kịch mang đến cho các em rất nhiều ‘đất’ ở đúng khu vực cần thiết!”. Và các em cảm thấy bớt căng thẳng hơn.

Khi tôi kể lại câu chuyện này trong các bài nói chuyện của mình, khán giả phía dưới ồ lên cười trong cảm giác vừa sợ hãi vừa thanh thản. Họ sợ hãi vì bất kỳ bậc cha mẹ nào cũng có thể bỏ lỡ tiết mục ngôi sao của con mình và cảm thấy thanh thản vì họ không phải là những người duy nhất –giữa nhiệm vụ vô cùng gian nan là dẫn dắt con mình trở thành người lớn một cách thành công –đôi khi không thể nhận thấy hoặc trân trọng những tài năng và ước mơ thật sự của con.

Trong cuốn sách *Dạy con kiểu Do Thái: Sự may mắn của cái đầu gối bị trầy xước*, tôi từng nói về việc chấp nhận bọn trẻ là chính bản thân chúng – không phải là những nhà vô địch bé nhỏ cái gì cũng tài giỏi mà là những đứa trẻ bình thường một cách vẻ vang, được tạo ra từ hình ảnh của Chúa. Hầu hết các bậc cha mẹ khó lòng nhận thấy được sự hiện diện của Chúa trong đứa con sáu tuổi bé bỏng đang cười của mình, đặc biệt là khi tương lai của chúng còn vô cùng an toàn trong khoảng cách xa, rất xa.

Nhưng khi đến tuổi học cấp hai, ngay cả những bậc phụ huynh thoải mái nhất cũng cảm thấy thật khó để tiếp tục hoàn toàn chấp nhận con mình. Khi bọn trẻ đến thời kỳ mới lớn, dường như chúng bị đe dọa nhiều hơn so với chúng ta thuở trước, có quá nhiều mối nguy hiểm sắp xảy đến. Giờ đây, cuộc đối thoại với các bậc phụ huynh khác chuyển sang tầm quan trọng của việc tìm được một nơi phù hợp đúng đắn cho con mình trước khi chúng bước chân vào

thời trung học: *Biết rằng kỷ luật tự giác của Rachel không tốt lắm, tôi e rằng nếu con bé không được theo học các chương trình lớp chuyên và tài năng, rất có thể con bé sẽ bầu bạn với đám nghiện ngập mất thôi.* Tại các bữa tiệc, phụ huynh không còn trò chuyện với nhau về việc mua đồ ăn tốt cho sức khỏe của bọn trẻ ở đâu nữa, giờ đây chủ đề được mọi người ưa thích hơn là quy trình gắt gao của những tờ đơn nộp vào trường đại học: *Cậu đã đọc trên trang CollegeConfidential.com rằng những đứa trẻ biết chơi các loại nhạc cụ hơi sẽ có nhiều cơ hội được nhận học bổng hơn chưa? Đó là lý do vì sao mà Jeremy lại đang học kèn ô-boa. Và cậu có may mắn gì hơn trong việc tìm gia sư mới cho Benjamin chưa?* Và ngay khi học lớp Sáu, việc lựa chọn các môn học tự chọn trở thành một quyết định quan trọng: Liệu Alison có thể vào được lớp Ngôn ngữ Thế giới không, hay đây là lúc phải bắt đầu tập trung học tiếng Pháp như một môn chuyên ngành?

Khi con nhỏ hơn, chúng ta đã quyết định rằng việc say mê vẻ đẹp bình thường của con mình là việc tốt, nhưng giờ đây không còn như vậy nữa. Giờ thì mọi thứ đều có giá của nó. “Bình thường” không còn đủ để chúng ta cảm thấy thoải mái nữa – điều đó không còn đúng khi con chúng ta bước ra ngoài giống như tấm biển quảng cáo di động cho ưu thế của gia đình, không phải nếu đó là những năm tháng đã hình thành nên tính cách của con, không phải khi con vào học đại học. Chúng ta luôn gặp phải cám dỗ rất lớn là đối xử với trẻ vị thành niên như thể chúng là những sản phẩm được phát triển và đóng gói để kiểm tra. Một màn biểu diễn thể thao nổi bật? Đánh dấu. Chơi thông thạo ít nhất một nhạc cụ? Đánh dấu. Đạt điểm cao hơn trong kỳ thi SAT[(1)]? Đánh dấu. Thon thả và cân đối? Đánh dấu. Hội trưởng hội học sinh? Đánh dấu. Nếu các bậc phụ huynh không thúc đẩy sự hoàn hảo toàn diện này của con cái mình thì có vẻ như họ đã lơ là bổn phận làm cha mẹ của mình. Một người mẹ giãi bày tâm sự với tôi về cậu con trai thứ của mình:

Adam là một cậu bé ngoan. Nó thích các mô hình tàu điện và chơi với em gái nhỏ. Mọi người đều thích ở bên nó nhưng nó chưa có vẻ gì là đã tìm thấy một niềm đam mê đích thực nào

đó. Nó mới 14 tuổi nhưng khi tôi nhìn vào thái độ của các bậc phụ huynh khác thì có vẻ như chỉ có hai vị trí: tiến lên phía trước hoặc bị tụt lại phía sau. Điều đó khiến tôi suy nghĩ về việc liệu tôi có nên "làm gì đó" với Adam hay không, tôi có nên thúc đẩy nó mạnh hơn, khiến nó gạt các mô hình tàu điện của nó sang một bên vì thứ gì đó bớt trẻ con hơn không. Ý nghĩ đó khiến trái tim tôi vỡ vụn vì nó là người vui vẻ nhất trong gia đình. Và chuyện đó thật tốt, đúng không?

Yêu thương con cái không có nghĩa là bạn kỳ vọng chúng lúc nào cũng giỏi mọi thứ – một học trò lễ độ và khéo léo, một cỗ máy hoàn hảo về xã hội, nghệ thuật và thể thao. Việc kỳ vọng sự hoàn hảo *ở bất kỳ ai* là điều không thực tế. Khi chúng ta làm vậy, bọn trẻ sẽ rất khổ sở. Tôi có tham gia một nhóm các chuyên gia tư vấn học đường và trong suốt hơn 10 năm qua, câu chuyện về những thiệt hại ngầm – mặt tiêu cực của việc bọn trẻ cố gắng để vươn đến sự hoàn hảo đã trở thành chủ đề phổ biến nhất trong các cuộc thảo luận tại các buổi gặp mặt của chúng tôi. Các chuyên gia tư vấn cho rằng các cậu bé giải tỏa áp lực bằng cách trốn tránh trong các trò chơi điện tử. Hoặc chúng sẽ không làm bài tập về nhà. Bọn nhóc có nhiều bài tập về nhà hơn cha mẹ ngày xưa rất nhiều, nhưng chúng không thể nói rõ ra rằng chúng thấy việc làm bài tập nhàm chán và nặng nề thế nào. Vì không đủ trưởng thành để xác định một vị trí ở giữa sự hoàn hảo và thất bại, chúng lựa chọn cách đầu hàng. Thế còn các cô bé thì sao? Chúng trút sự đau đớn lên chính bản thân mình. Nhà thơ Adrienne Rich[2] đã viết rằng khi các cô gái không thể chạm đến hay gọi tên cơn giận của mình, họ sẽ "hướng nó vào bên trong giống như tự làm mình bị tổn thương vậy". Chúng cố gắng để có được vẻ ngoài trông thật hoàn hảo, nhưng thực ra chúng khổ sở vì nhịn đói, cào cấu, cắt gọt hoặc làm bỏng chính bản thân mình. Nỗi đau đớn về thể xác giúp các cô gái giải tỏa áp lực bên trong mình. Một cô bé tôi từng gặp trong buổi điều trị của mình nói một cách đơn giản rằng: *Khi cháu cảm thấy mình thất bại trong việc gì đó, cháu lại tự làm mình bị thương.*

Nền văn hóa của chúng ta có một định nghĩa rất hạn hẹp về thành công: Đó là điểm số, sự quảng giao, tham vọng và diện mạo. Và mỗi tiêu chuẩn trong những tiêu chuẩn đó lại phải ăn khớp với một danh sách các thành phần dài, sâu sắc và nhiều sắc thái hơn để làm hài lòng cuộc sống của người lớn, chúng ta đã quên mất rằng con cái đến với chúng ta là được tạo ra từ hình ảnh của Chúa. Điều đó vẫn đúng khi chúng bước vào thời kỳ mới lớn. Chúng tuyệt vời theo cách của riêng mình chứ không nhất thiết phải theo cách như chúng ta thích. Một vài đứa trẻ có những tài năng và đặc điểm rất dễ bị bỏ sót hoặc rất khó để đánh giá chúng bằng điểm số: Chẳng hạn như chúng có thể kết bạn với động vật hoặc ngay lập tức tìm thấy điểm chung với người ngồi cạnh mình trên xe bus hoặc có cảm nhận rất hài hòa về màu sắc. Có một số trẻ khác biệt với những đứa trẻ khác và điều đó không thể được coi là khuyết điểm.

Trẻ mới lớn vẫn còn đang phát triển, lẽ tự nhiên là chúng đang thay đổi và chưa có gì chắc chắn. Những phẩm chất bạn thấy ở chúng ngày hôm nay có thể sẽ biến mất vào thứ Hai. Chúa trời và tự nhiên quyết định nhịp độ phát triển của bọn trẻ và chúng ta - các bậc cha mẹ - không thể khiến nó nhanh hơn hay chậm lại. Làm cha mẹ, việc chấp nhận cá tính và quá trình phát triển tự nhiên của con mình là một trong những thử thách khó khăn nhất mà bạn sẽ phải đối mặt. Điều đó có nghĩa rằng, bạn sẽ hợp tác cùng – thay vì chống lại – thời gian biểu phát triển, khả năng, tính tình và phong cách độc nhất của con. Nhưng việc bạn chấp nhận tinh thần mà Chúa đã ban tặng cho con mình từ khi sinh ra cũng vô cùng quan trọng với việc khiến tài năng của con nở rộ, với sự tự tin và lòng say mê cuộc sống, với sự tự trọng của chúng và cả sự tôn trọng chúng dành cho bạn nữa.

Trừ phi bạn nhận ra những ảnh hưởng đằng sau động cơ điên cuồng vươn đến sự hoàn hảo, bạn sẽ rất khó thoải mái mà chấp nhận con mình. Có rất nhiều nguyên do, nhưng ba điều quan trọng nhất là: những giấc mơ chưa thành sự thật của chính các bậc cha mẹ, những nỗi sợ hãi về trường đại học cũng như tương lai và nỗi đau khổ khi bị con cái chối bỏ.

Những ước mơ lớn, nhưng là ước mơ của ai?

Việc cha mẹ nuôi dưỡng những ước mơ công khai hay thầm kín về tương lai của con mình là điều tự nhiên. Nhưng những ước mơ đó nên được dựa trên khả năng và ước muốn thực sự của trẻ chứ không phải những thứ chúng ta muốn chúng có được. Có rất nhiều bậc cha mẹ nhạy cảm, thông minh và tận tâm đã hình dung ra một tương lai cho con mình theo kiểu như thế này:

> *Con trai của chúng tôi liên tục đạt điểm A và là đội trưởng đội bóng vợt[(3)] của trường. Nó thiết kế một chương trình web giúp các giáo viên có thể tạo ra rất nhiều lựa chọn bài kiểm tra được lưu trữ trên máy tính và chuyện đó thành công đến mức lợi nhuận đủ để bù đắp khoảng cách nhỏ giữa tiền học phí và học bổng lớn mà trường đại học nó đăng ký trao tặng cho nó và ồ, nó và bạn gái nó đã dạy những đứa trẻ thiệt thòi học lướt sóng trong mùa hè.*

Nhưng cũng có những ước mơ khác nữa. Mẹ của hai cậu con trai từng nói với tôi rằng: “Tôi chỉ mong rằng một trong hai đứa chúng nó sẽ là người đồng tính và nó sẽ trở thành người dựng cảnhcho các bộ phim nghệ thuật, nó sẽ đi khắp thế giới trên những chiếc tàu thủy và nó sẽ làm tôi và bạn bè tôi vui vẻ bằng những câu chuyện dí dỏm khi chúng tôi ở viện dưỡng lão.” Hoặc có thể bạn luôn yêu thích nghệ thuật nhưng cuối cùng bạn lại theo ngành luật và giờ đây con gái bạn lại *rất có* năng khiếu về hội họa.

Cha mẹ muốn tự hào về con cái mình, nhưng hãy thật thận trọng. Chúng ta đang vượt quá một ranh giới quan trọng khi yêu cầu con mình phải đạt được hàng loạt những thứ không thực tế và do chúng ta định trước. Con trai bạn sẽ là một học giả kiêm vận động viên kiêm doanh nhân kiêm nhà hoạt động nhân đạo sao? Chỉ có rất ít người lớn – nếu có – sở hữu tất cả những tài năng như thế. Liệu có công bằng khi bạn kỳ vọng con mình sẽ trở thành người như vậy? Sẽ rất nguy hiểm nếu bạn kỳ vọng con trẻ sẽ thực hiện chính

những ước mơ chưa thành của mình: hoạt động nghệ thuật, dễ dàng có được tình yêu lãng mạn, có sự nghiệp ấn tượng.

Những bậc cha mẹ không thể chấp nhận chính bản thân mình – cuộc sống, ngoại hình hay thành công của cá nhân họ – đặc biệt có nguy cơ muốn con cái trở thành mọi thứ mà họ không có được. Tôi thường xuyên nói chuyện với các vị phụ huynh nổi giận với con vì chúng không trở thành những học sinh, vận động viên, đối thủ hay nhà lãnh đạo tốt hơn. Khi con cái làm họ thất vọng, họ sẽ chĩa mũi nhọn vào chúng:

Tưởng là con phải biết chơi violon, hay ít nhất là guitar chứ.

Tưởng là con thích đọc sách chứ.

Tưởng là con sẽ không phải chiến đấu với vấn đề cân nặng (như cả cuộc đời mẹ) và đặc biệt là lại thua trận công khai như thế.

Tưởng là con sẽ không gặp rắc rối ở ngôi trường mà chính mẹ là thành viên của hội đồng nhà trường chứ.

Tưởng là con sẽ không vụng về trong giao tiếp đến vậy khi bố mẹ luôn ủng hộ con và là những người có học thức chứ.

Những bậc cha mẹ chuyển nỗi thất vọng của mình sang con cái có thể đang rơi vào một cái bẫy đã có từ bao đời nay. Cha mẹ thường coi con cái là nỗ lực cuối cùng để thực hiện những ước mơ cũ và chưa thành của mình. Nhưng tôi nghĩ điều này đang trở nên phổ biến hơn vì bọn trẻ mới lớn không có nhiều vai trò rõ ràng khác trong gia đình. Ngày nay, đa phần bọn trẻ mới lớn được bảo vệ khỏi bất cứ công việc gì trông có vẻ nặng nhọc hay nguy hiểm. Chúng ta để chúng làm việc theo cách khác: học bài cho đến khuya và dành cả kỳ nghỉ cuối tuần để theo dõi vòng đấu khúc côn cầu. Công việc của chúng là gì ư? Mang vinh dự và sự yên tâm về cho gia đình.

Cha mẹ hiếm khi lớn tiếng thừa nhận những mục tiêu này với con cái nhưng nếu có, họ sẽ nói những thứ kiểu như:

Chỉ cần Marnie tăng điểm SAT của con bé thêm 100 điểm nữa thì chúng ta đã thành công rồi. Cùng với những gì còn lại trong hồ sơ, điều đó sẽ khiến con bé trở thành ngôi sao của lớp học. Một điểm cho các bà mẹ ở nhà!

Giờ thì Tyler đang chơi cho đội bóng đá của trường đại học và là đội trưởng của đội bơi lội. Cuối cùng thì bố tôi cũng phải ghi nhận những gì tôi cố gắng thực hiện trong cuộc đời mình đã có kết quả. Nếu so với những đứa cháu khác của ông thì chẳng có gì phải bàn cãi nữa.

Nhưng việc thực hiện những ước mơ của bố mẹ (hoặc ông bà) là một gánh nặng khủng khiếp với đôi vai của bọn trẻ mới lớn, nó nặng nề như việc phải đi cày ruộng suốt nhiều ngày dài và mệt mỏi vậy.

Một vài bậc cha mẹ không hiểu rõ sự thất vọng của họ được chuyển sang con cái mình hay nó có ảnh hưởng sâu sắc đến chúng như thế nào. Hiệu trưởng của một trường dành cho nữ sinh hỏi các học sinh của mình rằng: “Các em muốn cho cha mẹ biết điều gì? Các em muốn cô nói gì với bố mẹ vào đêm Quay lại trường[4] nào?”. Các cô bé đã trả lời thế này:

“Cô hãy nói với bố mẹ rằng em đã cố gắng chăm chỉ hết sức có thể và em không được thông minh như họ tưởng.”

“Em không thể giỏi tất cả mọi thứ được.”

“Đừng hoảng hốt khi em ăn bim bim hay bị điểm B.”

Một trường trung học danh tiếng đã tiến hành cuộc khảo sát, trong đó có câu hỏi yêu cầu học sinh hãy gọi tên nỗi sợ hãi lớn nhất của mình. Nhà tư vấn của trường nói với tôi rằng cô hy vọng học

sinh sẽ nói rằng chúng lo sợ vì ai đó trong gia đình sẽ ốm đau, hoặc bị điểm kém, đánh mất bạn bè, chủ nghĩa khủng bố hay không được vào đại học, nhưng câu trả lời thường gặp nhiều hơn bất cứ câu trả lời nào khác lại là "Nỗi sợ hãi lớn nhất của em là khiến bố mẹ thất vọng".

Thực hiện ước mơ của bạn không phải là việc của con trẻ. Khi yêu cầu con cái phải thực hiện những mong muốn của gia đình, chúng ta không chỉ đang tạo ra những người trẻ tuổi bất hạnh, bị áp lực và tự chuốc lấy thất bại mà chúng ta còn đang coi thường những ước muốn của Chúa trời dành cho bọn trẻ. Nền tảng trong tư tưởng của Do Thái giáo là Chúa tạo ra mỗi con người trên thế giới này để thực hiện một mục tiêu riêng trong suốt cuộc đời của người ấy. Mỗi người đều có trách nhiệm khám phá và thực hiện mục đích riêng thiêng liêng của mình. Là cha mẹ, chúng ta không thể quyết định con đường thiêng liêng của con cái trông sẽ như thế nào. Chúng ta cũng không thể quyết định đích đến của chúng. Nhưng bằng cách khuyến khích chúng hiểu được những ưu điểm của bản thân, chúng ta đã giúp bọn trẻ có được những bước đi đầu tiên.

Nhưng… nhưng… đó là trường đại học!

Nền văn hóa của đất nước này cho chúng ta biết rằng chúng ta đang đối mặt với việc nhanh chóng mất đi các nguồn tài nguyên – các trường đại học tốt, các công việc tốt, không khí trong lành… sự khan hiếm trong tương lai của chúng ta – và rằng chỉ những người cực kỳ tài giỏi mới có thể sống sót. Cùng lúc đó, sự tiến bộ của công nghệ đã khống chế cuộc sống của chúng ta, như trang web chẳng hạn, mọi việc chúng ta làm đều có vẻ rõ ràng và cố định. Dù đó chỉ là một đứa trẻ nhỏ tuổi, chỉ cần một bước đi sai lầm, tương lai của nó sẽ bị thế chấp, nó sẽ chẳng bao giờ có được một công việc tốt và không bao giờ có cơ hội sửa sai. Cha mẹ chưa bao giờ khó chấp nhận con mình như bây giờ vì có vẻ như không có chỗ cho việc thử và sai, cho sự trẻ con, vụng về hay thái độ không tốt của bọn trẻ. Sự lo lắng khiến cha mẹ tập trung vào thành công và sự ổn định: điểm số, sự nổi tiếng, các kỹ năng thể thao và diện mạo bên ngoài. Và bọn trẻ cũng cảm nhận được sự khó khăn và khan hiếm của nền

kinh tế. Một cô bé 15 tuổi nói với tôi rằng: “Em cảm nhận được rằng mỗi phút giây của mỗi ngày trong tương lai của mình đều thực sự chênh vênh.”

Không ở đâu mà sự lo lắng của cha mẹ về tương lai của con mình được giải tỏa rõ ràng hơn trong cuộc đua: được nhận vào đại học. Với rất nhiều cha mẹ, sự cạnh tranh khốc liệt để vào được những trường đại học hàng đầu là bằng chứng cho thấy *tất cả* những thứ tốt đẹp trong cuộc sống rất ít ỏi và ngày càng khan hiếm hơn.

Họ tin rằng nếu con mình không được nhận vào học đúng trường đại học đó, chúng sẽ bỏ lỡ những công việc ý nghĩa, sự đảm bảo về sức khỏe và khả năng nuôi sống bản thân cũng như gia đình mình sau này. Các nhà tư vấn của trường đại học đã chứng kiến nỗi sợ hãi này từng cản trở ngay cả những phụ huynh chín chắn nhất có được những đánh giá xác đáng. Nhiều người tin rằng sự thay đổi lên xuống bất thường trong quá trình phát triển tự nhiên sẽ không có tác động tốt đến học bạ nộp vào trường đại học của con. Họ hiếm khi có thể khoan dung với việc chậm lại, chứ đừng nói đến đi xuống. Giống như hai vị phụ huynh đã cấm con gái mình tham gia vào câu lạc bộ kịch của trường vậy, các bậc cha mẹ này đã tước mất cuộc sống cá nhân và tại trường học của con mình với quan điểm phải gây ấn tượng hội đồng xét duyệt ở các trường đại học:

“Tôi phải làm thế vì con, nếu không thì mọi chuyện sẽ không ổn.”

“Nó phải tham gia vào khóa học Dự bị - Xếp loại giỏi[(5)] ngay bây giờ, trong lớp Tám, nếu không thì sau này nó sẽ không sẵn sàng để học các lớp Xếp loại giỏi. Và nếu trong học bạ của nó không cho thấy việc nó được học các lớp Xếp loại giỏi, nó sẽ chỉ được nhận vào các trường công thôi, có thể thậm chí còn không được học ở tòa nhà chính của các trường công.”

“Không, nó không thể bỏ thời gian ở chương trình Mô hình Liên hợp quốc[(6)] để tham gia câu lạc bộ phim ảnh được. Ai chẳng biết là

câu lạc bộ phim ảnh toàn những đứa lười biếng cơ chứ.”

“Chúng ta cần thuê một chuyên gia để nâng cao khả năng thuyết trình của nó vì mọi người đều làm vậy. Đây từ đầu rõ ràng đã là một sân chơi không công bằng rồi.”

Những đứa trẻ chịu hình phạt chạy đua với học bạ phải lên kế hoạch cho lịch trình nhồi nhét với độ chính xác như ở trong quân đội. Chúng về nhà muộn hơn, làm việc nhiều giờ đồng hồ hơn và đi ngủ cũng muộn hơn bố mẹ mình. Khi cha mẹ hành xử như thể tương lai con mình – và cả tình yêu thương của cha mẹ nữa đang lênh đênh trong điểm số của mọi bài kiểm tra, bọn trẻ sẽ sớm trở thành những người 35 tuổi đau khổ và xa cách.

Việc hướng con bạn ra ngoài một thế giới đầy bất ổn về kinh tế, một thế giới không ngừng thay đổi vô cùng đáng sợ. Nhưng điều này thì luôn đúng: *Bitachon* – lòng tin vào Chúa – nó không tự nhiên mà đến và đây là lý do vì sao các rabbi[7] người Do Thái luôn nhấn mạnh tầm quan trọng của nó. Đó là công thức quen thuộc “đi và để Chúa dẫn đường”. Nỗi sợ hãi về một tương lai tận thế cho chúng ta biết rằng chúng ta thiếu niềm tin vào thực tại hơn là về chính thực tại đó. Đây là nghịch lý: Cha mẹ cần coi trọng và chấp nhận sự phát triển theo hình xoắn ốc của trẻ vị thành niên với tình yêu thương hơn là cố gắng hết sức để khiến con mình xứng đáng được vào trường đại học. Khi làm vậy, cha mẹ đã cho trẻ sự nuôi dưỡng về tinh thần mà trẻ cần để phát huy hết khả năng và vươn đến vùng đất hứa của thời kỳ trưởng thành mà vẫn vẹn nguyên lòng say mê và sức sống trong mình.

Con chối bỏ bố mẹ ư? Bố mẹ cũng sẽ chối bỏ con!

Trong chương trước, tôi đã mô tả về *tzar giddul banim* – sự đau khổ cần thiết của việc nuôi dạy trẻ. Chuyện đó tưởng như rất khó khăn. Nhưng hầu hết các bậc cha mẹ đều ngạc nhiên trước cảm giác đau khổ của chính bản thân mình khi con – trước đây là đứa trẻ mới biết đi đáng yêu và thích được vuốt ve – bắt đầu quá trình rời bỏ mình.

Để quá trình rời bỏ và hình thành nhân dạng riêng của mình dễ dàng hơn, bọn trẻ cần khiến bố mẹ trở nên ít hấp dẫn hơn để cuối cùng, chúng sẽ dễ rời bỏ bố mẹ hơn.

Ngay khi bọn trẻ có ý thức và nhân cách tốt, chúng bỗng trở nên thô lỗ, thiếu tôn trọng và vô ơn. Giống như những khách hàng khó chịu mà các bác sỹ tâm lý gọi là "những người than phiền từ chối sự giúp đỡ", bọn trẻ sẽ phớt lờ lời khuyên của bố mẹ. Thông qua lời nói hoặc sự im lặng, chúng xúc phạm lựa chọn, quan điểm và bản chất của cha mẹ. Chúng tấn công một cách khéo léo những gì bạn gìn giữ hay cảm thấy bất an nhất: *Làm sao mẹ có thể chịu được việc sống trong một ngôi nhà được bài trí như thế này? Mẹ gọi đây là bữa tối ư? Mẹ gọi những người này là bạn bè sao? Thế này mà mẹ gọi là ngày vui à*? Chúng chê bai những đồ ăn đáng thương trong tủ lạnh, độ dài chiếc quần jeans của bạn hay để ý cách phát âm khác thường của bạn với những từ phổ biến*: Chẳng ai lại nói "GI-ường" hay "GI-ầy" cả. Mọi người đều nói "dường" và "dầy". Khi nào thì mẹ mới nhận ra được điều đó?* Chúng trốn tránh bạn, trốn tránh cái kén gia đình ấm áp mà bạn đã tốn rất nhiều tiền và năng lượng để tạo dựng cũng như để bảo vệ chúng. Chúng gia tăng những lời buộc tội, cố tình không thích đồ ăn thức uống, quần áo, lời nói, sách vở và âm nhạc giống như bạn. Chúng thấy sự hài hước trong những thứ bạn không hề thấy chúng hài hước chút nào. Chúng giống như những người thuê nhà lỗ mãng với bè đảng của riêng chúng, nói thứ ngôn ngữ mình chúng hiểu và rời bỏ bạn. Cha mẹ không chịu đựng được khi con lúc nào cũng ủ rũ, không thèm quan tâm đến những lời khuyên thông thái của cha mẹ và trung thành với đám bạn lập dị và không đúng mực, họ coi đó là sự cự tuyệt. Đó là sự cự tuyệt. Và *nó khiến họ đau đớn*.

Đối mặt với sự sợ hãi bằng niềm tin

Các nhà tâm lý học trẻ em thường liên hệ việc nuôi dạy trẻ vị thành niên giống như việc đi thăng bằng trên dây vậy. Rabbi Nachman of Bratslav[(8)] sử dụng phép ẩn dụ tương tự như vậy trong câu nói nổi tiếng của mình: "Cả thế giới là một cây cầu vô cùng chật hẹp. Điều cốt yếu là bạn không được sợ hãi". Nuôi dạy trẻ vị thành niên là một

trải nghiệm kinh hoàng và cách duy nhất để chống lại nỗi sợ hãi của bạn là có *bitachon* – niềm tin: niềm tin vào con bạn và cách nuôi dạy con của chính bạn.

Trong cả Do Thái giáo lẫn tâm lý học vị thành niên, tôi đều tìm thấy những lời khuyên đúng đắn đã giúp tôi cũng như các bậc cha mẹ khác giữ vững niềm tin khi bọn trẻ băng qua cây cầu chật hẹp để trở thành người lớn. Chấp nhận con mình không có nghĩa là bạn nên nuông chiều, dễ dãi hay bỏ mặc chúng. Nó có nghĩa rằng bạn cần thấu hiểu cả ưu điểm lẫn khuyết điểm, sự thất thường, vụng về và sự phát triển theo kiểu hai bước tiến một bước lùi của chúng. Nó cũng có nghĩa là bạn nên tôn trọng khuynh hướng muốn tách biệt khỏi cha mẹ của con và thậm chí trong những khoảnh khắc điên rồ và nổi loạn nhất của con, bạn vẫn tìm thấy điều gì đó đáng trân trọng.

Tự hào về cả những tài năng lẫn khuyết điểm bẩm sinh của con

Từ khi mới chào đời, mỗi chúng ta đều sở hữu những đặc điểm độc đáo do Chúa ban tặng và chúng bao gồm cả tài năng lẫn khuyết điểm. Chẳng hạn như tôi xác định phương hướng rất kém, kém đến mức tôi không thể phân biệt được tay phải với tay trái hay nên dán tem vào góc nào trên phong bì nếu không nhìn vào một chiếc phong bì khác đã được dán tem sẵn. Tôi chưa bao giờ nhớ được đường xung quanh các tòa nhà trong trường đại học của mình, tôi có thể bị lạc đường khi lái xe từ nhà đến cơ quan (chỉ cách nhau chưa đến một ki-lô-mét) và trí nhớ của tôi (trí nhớ ngắn hạn và khả năng nhớ mặt người) chỉ đạt khoảng 10%. Tôi vô cùng thiếu kiến thức về địa lý (sản phẩm của việc không xác định được không gian và trí nhớ kém). Nhưng ngược lại, vốn từ vựng và khả năng đọc hiểu của tôi lại đạt đến 99%. Tôi dễ dàng nhớ được lời các bài hát, tôi trượt tuyết khá cừ và người ta từng nhiều lần nói với tôi rằng tôi luôn biết chọn đúng khoảnh khắc hài hước khi làm diễn giả. Tôi là một tập hợp gồm cả ưu điểm lẫn khuyết điểm. Và bọn trẻ của chúng ta cũng vậy.

Có niềm tin vào con có nghĩa là bạn phải tìm hiểu về những đặc điểm Chúa đã ban tặng cho chúng: cả những điều tốt cũng như những thứ kỳ quặc và học cách trân trọng tất cả. Bọn trẻ sẽ khiến bạn không dễ làm được điều này. Mặc dù bọn trẻ sinh ra đã có những kỹ năng và khí chất nhất định nhưng chúng cũng liên tục thay đổi. Chúng cần thử nghiệm với việc ở cùng nhiều nhóm bạn khác nhau: hội chơi bời, hội lười biếng, hội thi Toán, hội phù thủy, hội theo trào lưu Emo[(9)], hội lực sĩ. Tháng này chúng ăn chay và tháng sau chúng lại luyện tập cho một cuộc thi ăn xúc xích. Bọn trẻ đang trở thành người lớn, nhưng đây là lúc chúng hỗn láo, thô lỗ và ngốc nghếch hơn mọi thời điểm khác trong cuộc đời. Giữa tất cả những niềm đam mê nhất thời và theo giai đoạn này, làm sao bạn có thể phát hiện ra bản chất tự nhiên của con mình?

Tôi gợi ý các bạn nên nhìn lại quãng thời gian khi con bạn còn được ẵm ngửa và thời thơ ấu của chúng. Hãy nghĩ xem bạn đã miêu tả con bạn với ông bà chúng như thế nào: Nó là người kiên trì và mạnh mẽ? Chậm rãi? Là người hòa đồng hay thích ở một mình hơn? Vui nhộn? Tràn đầy năng lượng? Yêu âm nhạc? Nhạy cảm? Rất có thể là những đặc điểm này vẫn hình thành nên một phần trong khả năng tự nhiên của con bạn. Mặc dù tôi không khuyên bạn nên đặt con mình vào chiếc bình thủy tinh được dán nhãn “vui nhộn” hay “thông minh” nhưng bạn cần khôn khéo nhận ra một vài nét tính cách sẽ không thay đổi. Chúng bao gồm những tính cách như (nhưng không phải là chúng bị giới hạn trong những thứ này):

Khả năng âm nhạc

Thiên hướng nghệ thuật

Khả năng chơi thể thao

Thích bạn bè và các đối tượng hẹn hò/ yêu đương

Yêu thích hoặc không quan tâm đến việc đọc

Luôn nhanh nhẹn hoặc chậm rãi

Thích giao du hoặc hay xấu hổ

Thích những hoạt động trong nhà hay ngoài trời hơn

Bị lôi cuốn bởi những cuộc phiêu lưu và việc mạo hiểm hay luôn cẩn trọng.

Khi nhận ra được khí chất của bọn trẻ, bạn sẽ có thể bước ra khỏi định nghĩa hạn hẹp về thành công trong nền văn hóa của chúng ta và thấy con mình với vẻ đẹp độc đáo của chúng.

Để con bạn thoải mái với bản chất thật sự của mình không có nghĩa rằng bạn từ bỏ trách nhiệm phải bảo vệ, dẫn dắt và truyền cảm hứng cho con. Chẳng hạn như, bạn sẽ không nói thế này: "Rõ ràng là một nhà thám hiểm/ nhà sáng chế/ nhà thơ thực thụ/ con người tinh tế như con sẽ cảm thấy bị mắc kẹt bởi những công việc buồn tẻ của cuộc sống thường nhật, vậy nên hãy mặc kệ đống bài tập về nhà, bỏ qua việc nhà, hãy bắt chuyến xe kế tiếp ra khỏi thành phố và tìm kiếm sự sáng tạo của riêng con đi!". Bạn cũng không nói thế này: "Vì sự khác biệt, nhạy cảm và những nhu cầu rất, rất đặc biệt trong việc học nên con được miễn công việc mà chúng ta phải làm nốt". Thay vào đó, bạn nên cân bằng giữa trách nhiệm trước những cơ hội phù hợp với cái tôi mới mẻ bấp bênh của con mình. Hãy cho phép đứa con ngăn nắp, hơi hách dịch của mình bỏ câu lạc bộ cờ nếu nó ghét việc đó và để nó làm người phụ trách sân khấu cho lần biểu diễn hợp xướng sắp tới nếu đó là điều nó để tâm. Đừng giam hãm đứa con thích phiêu lưu mạo hiểm của bạn trong nhà suốt ngày cuối tuần để học bài, hãy để nó đi xe đạp leo núi hoặc chơi trò đánh trận giả ở trong rừng.

Tôn trọng khí chất của con là một cách thể hiện *bitachon* (niềm tin) của bạn. Con cái là do Chúa ban và được tạo dựng từ hình ảnh của Chúa. Có niềm tin nghĩa là tin tưởng rằng Chúa không tạo ra những sản phẩm lỗi. Điều đó nghĩa là hãy tin rằng những đặc điểm bẩm sinh của con bạn là đúng đắn và phù hợp với chúng, rằng chúng đủ vững vàng cho một tương lai chưa rõ ràng.

Kỳ vọng con sẽ không đi chệch khỏi kế hoạch lớn mà bạn đã định sẵn

Hãy lưu ý rằng việc nhận ra được khí chất của bọn trẻ đòi hỏi nhiều hơn việc chỉ trân trọng tài năng của chúng. Bạn phải chuẩn bị tâm lý cho việc con bạn sẽ sử dụng tài năng ấy theo cách khiến mọi kế hoạch bạn đã cẩn thận vạch ra bị sụp đổ.

Khi tôi gặp Ethan lần đầu, cậu mới nhận được bảng điểm với bốn điểm C và một điểm D. Khi ở nhà, cậu tranh cãi gay gắt với bố mẹ và ở trường thì cậu luôn khổ sở trong câm lặng, cậu không nộp bài tập về nhà hay chịu phát biểu trước lớp trừ phi bị chỉ định. Bố mẹ Ethan rất lo lắng và bối rối. Cho đến giờ, con trai họ luôn là một học sinh đặc biệt. Họ đã nhận ra năng khiếu về khoa học của cậu ngay từ hồi cậu còn nhỏ và họ đã cẩn thận nuôi dưỡng nó, họ luôn khuyến khích cậu tham gia mọi khóa học về khoa học được tổ chức trong hệ thống các trường công tốt nhất. Khi học cấp hai, cậu dễ dàng được nhận vào lớp Dự bị - Xếp loại giỏi về Hóa học và Vật lý mà không cần học gì. Bố mẹ Ethan bắt đầu hình dung rằng cậu sẽ trở thành một bác sỹ. Cậu bé có vốn kiến thức rất tốt, họ muốn chắc chắn rằng cậu sẽ không lãng phí nó.

Nhưng trong khóa học về trị liệu, cảm xúc trong Ethan trỗi dậy: Cậu cảm thấy những kế hoạch đầy tham vọng của bố mẹ như đang nghiền nát mình. Cậu muốn tham gia một khóa học về nghệ thuật điêu khắc nhưng mẹ cậu lại chỉ ra rằng lớp học đó mâu thuẫn với lớp Vật lý Xếp loại giỏi. Nếu không được vào học lớp này, đơn xin vào những chương trình đào tạo bác sỹ tốt nhất sẽ gặp khó khăn hơn. Bố cậu nói: “Con muốn học nghệ thuật thì lúc nào mà chẳng được hả Ethan. Nhưng con không thể tham gia các khóa học khoa học nâng cao ở trường đại học nếu con không có những kiến thức cơ bản”. Vì không muốn làm bố mẹ thất vọng nên Ethan không cãi lại. Nhưng cậu cũng không chịu học. Thay vào đó, cậu chọn cách làm mà liên đoàn lao động gọi là “đồng tình trong bất bình”. Cậu có mặt trong lớp học Xếp loại giỏi Khoa học và các lớp còn lại nhưng cậu không hề tham gia vào hoạt động của lớp hay làm bài tập.

Khi bố mẹ Ethan nhận ra rằng thật sự tôn trọng con trai mình có nghĩa là cho phép cậu sử dụng khả năng của mình theo một định hướng khác, họ vạch giới hạn trong cách cư xử của chính mình. Họ tạm không hỏi Ethan về điểm số ở trường nữa. Khi Ethan hỏi ý kiến của họ về việc cậu nên tham gia lớp học nào, họ gợi ý rằng vì các tư vấn viên ở trường là người biết rõ chương trình giảng dạy nhất nên họ tin rằng cậu sẽ nhận được những lời khuyên tốt từ đó. Bố mẹ Ethan còn cố tình đưa ra các chủ đề khác ngoài trường học trong các cuộc nói chuyện của mình, họ nói chuyện về kế hoạch xây dựng một khu vườn mới hay một bộ phim họ mới xem. Khi Ethan cảm thấy bố mẹ không bắt mình phải đạt được thành tích này nọ nữa, cậu bắt đầu tự tin đưa ra những quyết định độc lập của riêng mình. Mùa hè ấy, thay vì tham gia vào một chương trình Toán học uy tín, Ethan tham gia một hội thảo về nghệ thuật viết kịch ở một trường đại học công tại địa phương. Một ngày, sau khi rời lớp học, cậu tự hào đưa cho mẹ xem một bức ảnh chụp một cây cầu mở rộng mà chính cậu đã góp phần thiết kế, với đầu của Nữ thần tóc rắn ở mỗi cổng vào. “Mẹ xem này”, cậu nói, “đây chính là khoa học và toán học. Nhưng nó cũng thật *kỳ diệu*. Tuyệt quá.”

Vấn đề là của ai: bọn trẻ hay bạn?

Nhìn nhận tinh tường về khả năng của bọn trẻ cũng giúp bạn thôi không băn khoăn đến vấn đề của chính bạn với con nữa. Melissa đến nói chuyện với tôi về con gái mình – Molly – cô bé thừa khoảng 8kg. Bản thân Melissa cũng từng là một đứa trẻ thừa cân lúc mới lớn và giờ đây trông cô thật “xanh xao và mảnh khảnh” – cô dành rất nhiều thời gian để lo lắng về đồ ăn và điều đầu tiên cô làm mỗi buổi sáng là trèo lên cân. Con số hiển thị trên cân sẽ quyết định tâm trạng cô cả ngày hôm đó. Cân nặng của Molly gợi lên cảm giác bị bẽ mặt trong mẹ hồi nhỏ – Melissa nói rằng cuộc chiến của riêng mình bị vạch trần bởi ngoại hình của con gái – nhưng cô cũng vô cùng cảm thông với con khi nhớ lại chính sự đau khổ thời niên thiếu của mình. Melissa từng là một cô gái hay xấu hổ và cô đơn, ngày nào cô cũng đi về nhà để ăn trưa với người mẹ cũng cô đơn của mình. Melissa phản ứng với ký ức cô đơn và bị tẩy chay này bằng cách giám sát lượng thức ăn của Molly và giục con gái giảm số cân thừa.

Nhưng tôi cùng thấy Molly có tính cách hoàn toàn khác với mẹ mình. Em rất cởi mở và được bạn bè yêu mến, cô cũng tham gia vào rất nhiều hoạt động. Dường như cân nặng của Molly không thể ngăn em làm bất kỳ điều gì. Khi Melissa nhận ra rằng Molly không đau khổ như cô đã từng, cô không còn cằn nhằn và làm ầm lên nữa. Khi biết rằng con gái có tính cách khác với mình, cô cảm thấy bình tĩnh hơn. Cô thấy biết ơn vì con gái mình – không giống như rất nhiều bạn học của cô bé – không bị giày vò bởi niềm tin rằng để được hạnh phúc, con bé cần phải tự chối bỏ những niềm vui đích thực của cuộc sống.

Kỳ vọng vào sự trưởng thành

Việc chấp nhận bọn trẻ còn vượt qua cả chuyện chấp nhận những nét tính cách bẩm sinh của chúng. Nó còn đồng nghĩa với việc chấp nhận sự thật rằng chúng vẫn đang phát triển. Chúng vẫn chưa "chín" hẳn. Sẽ không công bằng nếu chúng ta kỳ vọng bọn trẻ cư xử như những người trẻ trưởng thành khi đứng từ góc độ tâm sinh lý, chúng vẫn còn là trẻ con.

Đây là một ví dụ thích đáng: Luke đã 16 tuổi khi mẹ cậu – Jody – người chưa từng đi đâu xa một mình từ khi còn là một đứa trẻ – đến Paris hai tuần để thăm một người bạn. Jody mang về nhà một hộp chocolate nhỏ nhắn và xinh xắn với những hình ảnh về những thắng cảnh của Pháp được khắc tinh xảo ở bên trên mỗi miếng chocolate. Trên chuyến bay về nhà, Jody hình dung ra khoảnh khắc ngọt ngào khi Luke giơ từng miếng chocolate lên và hỏi: "Mẹ đã đến đây à? Mẹ đã đến kia chưa? Nơi đó thế nào ạ? Và mẹ phát âm từ này như thế nào: Luxem*burg* hay Luxem*bourg*?"

Nhưng mọi chuyện không như hình dung của cô. Luke không hề nói: "Mẹ, chuyến đi của mẹ thế nào?" hay "Mẹ mang gì về cho con thế?" hay "Ôi chocolate! Mẹ mới tốt bụng và chu đáo làm sao. Con nhớ mẹ lắm!" hay thậm chí là "Chào mẹ!". Vào ngày Jody từ Paris trở về, Luke đi trên con đường từ trường về nhà và nói với mẹ cậu rằng: "Con lấy xe của mẹ được không? Con đang định đến nhà Tessa". Sau đó, cậu ăn hết cả hộp chocolate mà chẳng nói năng gì.

Khi Jody hỏi về thái độ đặc biệt thiếu chào đón mẹ và thiếu lịch sự về món quà cô mang về, Luke nói rằng: “Con không nhớ ra là mẹ vắng nhà. Và con cũng không để ý đến những chi tiết trang trí trên miếng chocolate trước khi ăn chúng”. Và đó là sự thật: Cậu bé không nhớ và không để ý.

Jody vô cùng tức giận với con trai mình. Nó thiếu cảm nhận đến vậy sao? Có lẽ nào cô đã nuôi dạy một đứa trẻ có tính cách xấu đến thế? Làm sao nó có thể trở thành người lớn với nhiều thiếu sót như vậy? Không có giáo viên nào của Luke phàn nàn về cách cư xử của cậu ở trường, nhưng bình thường thì Luke cũng không quá lịch sự với bố mẹ hay em gái mình. Cậu cũng không thể hiện bất cứ dấu hiệu nào cho thấy cậu nhớ mẹ mình. Mẹ cậu vắng nhà hai tuần và cậu ổn.

Luke chẳng có vấn đề gì hết. Bọn trẻ mới lớn có thể trông giống như người lớn, nhưng bên trong, chúng vẫn đang phát triển. Trong hơn 20 năm qua, các nhà khoa học chuyên nghiên cứu về hệ thần kinh đã tìm hiểu ra rằng cấu trúc não bộ của bọn trẻ có thể hoàn toàn thay đổi trong thời kỳ mới lớn. Có một thuật ngữ khoa học rất hay trong quá trình phát triển của não bộ xuất hiện giữa tuổi lên 10 và tuổi dậy thì: *sự dồi dào*. Sau thời kỳ phát triển mạnh mẽ của việc sản xuất ra các tế bào não này – giữa độ tuổi 14 và 17 – là thời kỳ “cắt xén” chúng lại – khi các vấn đề không hay làm chúng giảm bớt một cách đáng kể. Não bộ được tổ chức hợp lý và hiệu quả hơn rất nhiều. Nhưng thùy trán – khu vực chịu trách nhiệm kiểm soát cảm xúc và tính cách chưa đạt được sự phát triển hoàn chỉnh cho đến khi các cô gái được 24 – 25 tuổi và các chàng trai được 29 tuổi. Óc suy xét và sự khôn ngoan, hay theo ngôn ngữ của các nhà khoa học về thần kinh là *các chức năng điều khiển* – thuộc phần não bộ trưởng thành muộn nhất.

Về mặt thần kinh học, Luke chưa đủ phát triển để biết nghĩ rằng: “Việc chào đón mẹ sau một chuyến đi dài không chỉ là phép lịch sự mà còn là cách tốt nhất để thể hiện sự quan tâm của mình nữa”. Với một người trưởng thành, cách cư xử của Luke có thể là tín hiệu xấu của bệnh vị kỷ hoặc thần kinh không ổn định. Nhưng với

trẻ vị thành niên, đó là bằng chứng cho thấy sự non nớt bình thường của hệ thần kinh. Tôi thường nói với các bậc phụ huynh đang lo lắng rằng: “Nếu các bạn nghĩ rằng độ tuổi con mình đang dao động giữa 5 và 35, có thể các bạn sẽ thấy cách hành xử của chúng không quá kỳ quặc.” Chấp nhận con mình nghĩa là hãy cố hướng chúng đến sự trưởng thành, nhưng hãy cố gắng đừng hoảng hốt trước những hành vi thiếu chín chắn của chúng, hay cảm thấy bị xúc phạm hoặc nhầm lẫn nó thành một tính cách xấu cố định.

Việc xem xét và tìm hiểu kỹ lưỡng về não bộ là rất thuyết phục nhưng chúng ta không thực sự cần tới chúng để biết rằng bọn trẻ mới lớn khổ sở thế nào về thứ mà từ cách đây rất lâu Shakespeare đã gọi là “những bộ não đang sôi sùng sục”. Chúng nóng nảy, bốc đồng, dễ rơi vào nguy hiểm, bát nháo và hão huyền. Tôi dám cá là giờ bạn không bị lôi cuốn vào những trò tiêu khiển như đi xe đạp tốc độ cao trong công viên, trò bia – bóng bàn(10) hay lái xe thật nhanh vào buổi tối mà tắt hết đèn xe nhưng bạn cũng từng làm những chuyện kiểu như vậy khi bạn bằng tuổi chúng và giờ thì con bạn cũng thế. Cũng giống như việc giấu bài tập về nhà đã làm xong dưới một chiếc khăn ẩm hoặc trên sàn nhà trong phòng ngủ hay khóc lóc về kiểu tóc mới mà trong mắt bạn thì chúng giống hệt như kiểu tóc trước của chúng. Nếu bạn đe dọa con với cách cư xử kỳ quặc của chúng và hỏi “Con nghĩ cái quái gì thế?”, câu trả lời thường gặp sẽ là:

Chẳng gì hết.

Con thấy vui. Và đúng là như thế.

Con không nghĩ là dì Jane sẽ nhìn thấy tường Facebook của con.

Con không thể tới trường với mái tóc như thế này được. Trông con như kẻ bỏ đi vậy.

Hay như trong trường hợp của Luke (một cậu bé yêu và tôn trọng mẹ mình): *Con không nhiệt tình chào mẹ vì con không nhớ ra là mẹ đã vắng nhà.*

Trong thế giới của bọn trẻ mới lớn, cảm giác mơ màng là bình thường. Không lường trước được hậu quả hành động của ai đó là bình thường. Thay đổi lòng nhiệt tình là bình thường. Khó chịu khủng khiếp với bạn là điều bình thường. Việc con bạn kết tội rằng nó sinh vào nhầm gia đình (quá nghiêm khắc!, quá nhàm chán!, quá thông thường!, quá thiếu cảm thông!) đúng là bi kịch làm cả thế giới phải choáng váng là bình thường. Con bạn lo lắng về trận chiến với đồ ăn và ói mửa là bình thường. Con bạn nhắc nhở bạn với vẻ mặt sưng sỉa rằng Natalie, Natasha và Nora – tất cả đều có bố mẹ thấu hiểu và thú vị hơn bạn nhiều cũng hoàn toàn bình thường.

Chúng ta phải cho bọn trẻ thời gian để phát triển và trưởng thành. Nhưng thật không may, chúng ta thường có xu hướng làm điều ngược lại. Hãy cố nhớ rằng bọn trẻ chưa hoàn toàn trưởng thành. Có thể chúng sẽ chưa thực sự trở thành người lớn cho đến khi chúng 25 hoặc 27 tuổi. Mỗi chúng ta đều thực sự là một tác phẩm nghệ thuật mới trên thế giới này, nhưng có thể để phát triển thành một bộ phim thì sẽ mất, nhiều thời gian hơn.

Cách nhìn nhận sai lầm về việc được nhận vào trường đại học

Bạn có thể tìm hiểu về tính cách của con mình, có thể chấp nhận những thăng trầm trong sự phát triển của trẻ mới lớn, nhưng trừ phi được giải thoát khỏi những nhận thức sai lầm về việc được nhận vào trường đại học, bạn sẽ vẫn gặp khó khăn trong việc để con mình phát triển theo hướng đi và lịch trình riêng của chúng. Niềm tin này cũng đã quá ăn sâu bám rễ vào bạn: Bắt đầu từ tầm tuổi 12, mỗi quyết định con bạn đưa ra sẽ đều được phản ánh trên tờ đơn xin vào đại học vô cùng quan trọng này.

Sự thật là thế giới đã thay đổi rất nhiều so với thời chúng ta còn trẻ. Trường cấp hai nặng nề hơn về mặt lý thuyết, trường cấp ba khó hơn còn việc được nhận vào các trường đại học cũng cạnh tranh hơn nhiều. Nhưng thách thức đặc biệt của thế hệ chúng ta – với tư cách làm cha mẹ là chấp nhận thực tế này mà không phóng đại nó lên. Hãy cùng bắt đầu với truyền thuyết rằng chỉ có học sinh

ở những trường có tỉ lệ được lựa chọn cao nhất trên tờ *Tin tức nước Mỹ* mới có thể đạt được thành công thực sự. Trong bài báo "Ai cần vào Harvard chứ?" trên tạp chí *Atlantic* vào năm 2004, Gregg Easterbrook đã trích lời của một thành viên trong hội đồng xét tuyển đại học – ông tin rằng có khoảng 100 trường đại học có chất lượng giáo dục ngang với các trường mà Easterbrook gọi là các trường "hấp dẫn" hàng đầu trong cả nước. Greg cũng nói về một nghiên cứu do Alan Krueger của Trường Princeton và Sacy Berg Dale của Quỹ Andrew Mellon hướng dẫn vào năm 1999, về các sinh viên được nhận vào học ở các trường thuộc hệ thống Ivy Leage[(11)] nhưng lại lựa chọn học ở những nơi khác vì ở đó có những gói học bổng hỗ trợ tài chính tốt hơn, gần nhà hơn hoặc do các lợi thế khác. 20 năm sau khi tốt nghiệp, những sinh viên này cũng kiếm được số tiền ngang với những người bạn học tại Ivy Leage.

Lloyd Thacker – tác giả của cuốn sách *Đại học bình dân* (College Unranked), ông từng là thành viên của hội đồng xét tuyển đại học và là người sáng lập nên tổ chức *Ủy ban Giáo dục* (Education Conservancy) – một tổ chức phi lợi nhuận với nhiệm vụ giúp học sinh có được sự sáng suốt khi nộp đơn vào các trường đại học. Khẩu hiệu của tổ chức này là gì? "Chúng ta cùng cướp lấy năm cuối của các sinh viên". Thacker nói rằng chính *sinh viên* là những người có đóng góp lớn nhất trong việc trả lương cho hệ thống giáo dục, chứ không phải các trường đại học. Điểm số ở trường cấp ba hay tên gọi của trường đại học không phải là những dấu hiệu đáng tin cậy cho thấy sự thành công trong tương lai mà chính là những phẩm chất mà nhà tâm lý học Daniel Goleman[(12)] gọi là trí tuệ cảm xúc: sự cảm thông, lạc quan, linh hoạt, khiếu hài hước, khả năng làm việc nhóm và phản ứng tích cực với các thất bại tạm thời.

Một bài học từng gây tiếng vang với độc giả của cuốn *Dạy con kiểu Do Thái - Sự may mắn của cái đầu gối bị trầy xước* là câu tục ngữ từ thời phong trào Do Thái thần bí ở Đông Âu vào thế kỷ XVIII: "Nếu con bạn làm bánh ngon, đừng bắt nó trở thành bác sỹ". Con bạn sẽ cần trải nghiệm cuộc sống ở trường đại học nếu chuyện đó phù hợp với tính cách, nhu cầu và tài năng của nó. Bạn muốn con khám phá sở thích của mình, có những tình bạn đẹp và hướng đến

sự trưởng thành. Điều đó đồng nghĩa với việc chấp nhận rằng con bạn có thể thực sự muốn trở thành thợ làm bánh, chứ không phải một doanh nhân thành đạt và muốn đến trường dạy nấu ăn chứ không phải Đại học Stanford.

Ngừng đánh giá và so sánh

Xã hội của chúng ta đánh giá bọn trẻ ở mọi chiều hướng: Cậu có giỏi không? Cậu giỏi hơn người khác chưa? Cậu giỏi nhất chứ? Cậu đang thuộc tầng lớp nào? Chúng tôi sẽ lựa chọn hay loại bỏ cậu đây? Cậu giỏi thứ gì? Âm nhạc. Âm nhạc và cái gì nữa?

Thậm chí ngay cả với những đứa trẻ được xếp vào loại giỏi nhất trong mỗi lĩnh vực và được nhận vào những trường chúng lựa chọn thì quá trình so sánh khốc liệt này cũng khiến chúng có cảm giác như mình không được công nhận vậy. Dường như nó nói với bọn trẻ rằng chúng chỉ giỏi như điểm số trong bài kiểm tra gần đây nhất của chúng mà thôi. Bằng việc không ngừng phê phán bọn trẻ, chúng ta đang gửi đi thông điệp rằng chính chúng ta cũng đang không ngừng đánh giá và so sánh.

Đôi khi cách tốt nhất để thể hiện rằng bạn chấp nhận con mình là cố gắng đừng nói ra những điều bạn nghĩ. Hãy cố đừng phá hỏng sự tương tác với con bằng cách lập tức đưa ra những gợi ý giúp chúng tiến bộ:

> *Ừ, điểm B trừ cũng tốt. Nhưng con hãy nhớ rằng việc đánh dấu cuốn sách và lập đề cương có thể là một cách tiếp cận tốt hơn.*
>
> *Con có biết rằng tập aerobic 20 phút mỗi ngày sẽ đặc biệt giúp nâng cao chức năng của não bộ không?*
>
> *Tuần tới con sẽ có một bài kiểm tra khác nên lần này hãy nhớ chuẩn bị sớm hơn… À mà tiện thể, ăn quá nhiều thức ăn chứa nhiều tinh bột và đường sẽ khiến con buồn ngủ đấy.*

Thay vào đó, hãy để lời khẳng định “Ừ, B trừ!” được đứng hạnh phúc một mình.

Một vài bậc cha mẹ vô tình chỉ trích con mình vì nhầm lẫn việc khen quá lời mỗi khi con làm tốt điều gì là sự động viên. Đây là kiểu làm cha mẹ quá đề cao tầm quan trọng của các trường đại học danh tiếng. Nếu con bạn là người biết lắng nghe, hãy khuyến khích nó tham gia nhóm hỗ trợ bạn học của trường. Nếu con bạn lọt vào hàng ghế thứ hai trong dàn nhạc, hãy gợi ý nó sang năm hãy nhắm vào hàng ghế thứ nhất. Nếu con bạn chơi trong một đội thể thao của trường, tại sao không cố gắng tham gia vào một câu lạc bộ thể thao? Nếu đã là sinh viên năm cuối của trường đại học, sao không cố gắng cho đến khi tốt nghiệp?

Có lẽ cách tốt nhất, triệt để nhất để ngừng việc đánh giá và so sánh con bạn là tránh việc nhắc đến trường đại học trước khi con học lớp Mười một. Nếu cần thì thậm chí bạn phải nghiến chặt răng lại. Hàng năm, vào đêm chào mừng trở lại trường dành cho phụ huynh của học sinh lớp Mười trường Oakwood ở Los Angeles, hiệu trưởng Erin Studer đều gửi đến các phụ huynh hai thông điệp: “Năm nay mong quý vị *đừng bao giờ* nói với con mình về trường đại học và hãy nhớ rằng dù chúng đã có bằng lái xe rồi đi chăng nữa thì chúng cũng chưa giỏi lái xe lắm đâu”. Tôi hoàn toàn đồng tình với quan điểm này.

Hãy trân trọng đứa con giản dị và thiêng liêng của bạn

Ngày lễ Lều tạm[(13)] là ngày tưởng niệm hành trình dài và gian khó xuyên qua sa mạc của người Israel sau khi rời bỏ Ai Cập. Để chuẩn bị cho lễ hội này, mỗi gia đình đều hướng ra ngoài sân sau hoặc ban công (nếu là căn hộ) và dựng một chiếc lều tạm – một túp lều ọp ẹp tượng trưng cho những nơi ở tạm thời trên sa mạc của người Israel. Tại một nghi lễ diễn ra vào buổi tối, mỗi thành viên trong gia đình sẽ vừa vẫy một bó cọ, nguyệt quế và lá mía vừa cắt một loại quả thuộc họ cam quýt trông rất buồn cười, da dầy, sần sùi và có màu vàng được gọi là quả chanh yên[(14)].

Nếu bạn muốn có một bài học tâm linh thực sự qua ngày lễ Lều tạm, hãy nghĩ rằng quả chanh yên cũng giống như con bạn vậy. Nó chẳng ra hình thù gì mà còn đắt đỏ nữa – nghe có vẻ giống với ai đó mà bạn biết nhỉ? Nhưng một trong những niềm vui của ngày lễ Lều tạm là tình yêu mà bạn thể hiện ra. Thậm chí ngay cả chính bản thân từ đó – chanh yên – theo tiếng Aramaic[(15)] nghĩa là "niềm vui". Mỗi gia đình đều vô cùng cẩn thận khi lựa chọn quả chanh yên phù hợp – giá của nó có thể dao động trong khoảng từ 10 đến 1000 đôla. (Đây là sự thật, hãy thử hỏi một rabbi mà xem). Sau đó bạn mang nó về nhà, bọc nó trong một tấm chăn mềm, bên trong một chiếc hộp bằng bìa cứng màu trắng giản dị. Trong suốt những ngày nghỉ kéo dài cả tuần lễ, cả gia đình sẽ thực hiện một nghi lễ bên trong chiếc lều tạm, cầu nguyện để cảm ơn Chúa về phép màu của sự kiện Xuất hành[(16)], sự đoàn tụ của gia đình và vòng quay của các ngày lễ hội. Tôi thích nhất là khi cả gia đình cùng mở chiếc hộp bên trong có chứa quả chanh yên ra. Mọi người sẽ cùng nhìn nó và nói: "Ôi, nó đẹp quá!". Bạn nói ra những từ như vậy trong khi phải đấu tranh với một cảm giác rất mạnh rằng bạn đang nói những lời trái ngược với nhận thức của mình, vì bạn vừa phải tiêu mất 40 đôla cho một quả chanh, nhưng bạn cũng chân thành yêu quý truyền thống mang tính tôn giáo giúp bạn thoát ra khỏi ngôi nhà và để tâm trí bay bổng với sự ngốc nghếch nghiêm túc và thiêng liêng đến vậy.

Mỗi quả chanh yên đều rất giản dị và mỗi quả chanh yên đều được trân trọng, được đề cao và có vai trò vô cùng quan trọng trong suốt cả tuần lễ hàng năm, ở mọi nơi trên thế giới mà người Do Thái kỷ niệm ngày lễ của mình. Bạn không cần phải vẫy nguyệt quế và lá mía trước bọn trẻ. Nhưng việc bạn trân trọng con mình, không phải vì nó còn là một đứa bé sơ sinh, hay vì người nó sẽ trở thành trong tương lai, mà vì chính con người hiện tại, với tất cả vẻ đẹp xù xì, thô ráp của nó.

Giống như một cách rèn luyện tinh thần, hãy cố gắng nuôi dưỡng sự cảm kích với con bạn, không chỉ vì những thứ khiến bạn dễ dàng yêu quý con mà cả vì những điều trái ngược lại nữa. Những dấu hiệu đau khổ nhất cho thấy con bé đang chối bỏ bạn, cho thấy sự tận tâm của con bé với bạn bè, cho thấy sự trưởng thành của

con bé là gì? Gu âm nhạc của con bé có thể là một xuất phát điểm tốt. Hãy nhớ lại khi bạn phải đọc những thứ liên quan đến ngôn ngữ, văn học và lịch sử của Hy Lạp và La Mã cổ đại đầy tẻ nhạt ở trường phổ thông hoặc đại học nhưng sau khi đọc khoảng 50 trang, bạn vô cùng ngạc nhiên khi phát hiện ra như mình đang sống trong thế giới của tác giả và rất thích thế giới ấy, rằng bạn đã nhận ra được nhịp điệu và vẻ đẹp của nó. Hãy coi thứ âm nhạc mà con bạn thích giống như một chương trình giảng dạy bao gồm 300 cấp độ về Các ca khúc đương đại Mỹ. Hãy bảo con bé nhẹ nhàng bật chúng lên hoặc tải lời bài hát về để bạn có thể vừa đọc lời bài hát vừa lắng nghe chúng. Hãy tìm ra cảm xúc, những bình luận xã hội, sự châm biếm, sự hài hước và niềm vui trong âm nhạc. (Aquabats(17)! Thậm chí ngay đến cái tên cũng buồn cười rồi.) Bạn không cần phải giả vờ rằng bạn thích nó. Chỉ cần bạn lắng nghe với một tấm lòng rộng mở, lòng ham hiểu biết và sự quan tâm.

Thế còn đống quần áo giống như thổ dân của con bạn thì sao? Tôi có thể đảm bảo rằng khi bạn đang đọc những dòng này thì phong cách ăn mặc của bọn trẻ đã thay đổi rồi nhưng ngay tại thời điểm này, một nhóm thiếu niên theo xu hướng Scene(18) đang đi chơi ngoài Trung tâm Guitar gần nhà tôi, chúng thích để tóc đen, bồng bềnh, thường là che mất một bên mắt, đeo găng tay cụt ngón, thắt lưng da màu trắng, mặc áo phông in hình khủng long và rô bốt, vài đứa còn xỏ khuyên mũi (bạn đã nhìn thấy chúng rồi đấy, nó ở phía cuối của mũi, trông giống như một cái hạt nhỏ vậy). Là cha mẹ, bạn có quyền ghê rợn gu thời trang của con mình hoặc ngăn cản những hành động khiến khuôn mặt con bạn biến dạng mãi mãi, như xỏ khuyên chẳng hạn. Nhưng hãy nhớ rằng Chúa yêu cầu chúng ta phải biết quý trọng ngay cả những đứa con lập dị nhất. Hãy tự nói với bản thân mình rằng: Chẳng phải chuyện một nhóm những đứa trẻ mới lớn như bọn nhóc theo xu hướng Scene có những quy định và tiêu chuẩn khắt khe nhưng chúng cũng tạo ra những sự kết hợp vui vẻ, sặc sỡ và độc đáo – như găng tay cụt ngón và khủng long trên áo phông của bạn chẳng hạn – rất thú vị hay sao? Đến khi nào thì cuộc sống này mới có người làm chuyện đó chứ?

Hay hãy thử để ý đến tâm trạng buồn rầu của bọn trẻ mới lớn – thứ luôn khiến các bậc cha mẹ phiền lòng – từ một góc nhìn khác mà xem. Bọn trẻ rất dễ buồn chán vì có quá nhiều thứ quan trọng một cách sâu sắc với chúng. Chủ nghĩa lý tưởng phản ánh tư tưởng của chúng. Chúng phẫn nộ và tức giận vì chúng đánh giá cao những giá trị về quyền lợi và công bằng, sự kích động của chúng với mụn nhọt hay một mái tóc xấu hay nhu cầu của chúng về sự chính xác, hoàn hảo và đúng kiểu của những chiếc quần jeans phản ánh quan niệm của chúng về cái đẹp. Chúng cảm thấy đau khổ đến mức không chịu đựng được khi bị từ chối, chia tay hay loại trừ trong nhóm bạn vì chúng quan tâm sâu sắc đến sự chung thủy và các mối quan hệ. Chúng tỏ vẻ lười nhác vì chúng đánh giá cao sự nghỉ ngơi và thư giãn, chúng nổi giận với các quy tắc vì chúng thích tự do, chúng bật nhạc thật lớn vì chúng *rất yêu thứ âm nhạc ấy*.

Tôi không gợi ý các bạn nên nhảy lên sân khấu cùng con, hay mua quần áo ở chỗ con bạn hay mua, hay đồng điệu với mọi cảm xúc của bọn trẻ. Nếu làm vậy, cách cư xử của bạn không giống với người làm cha làm mẹ mà giống như một người bạn ở tuổi trung niên khiến chúng sởn gai ốc. Thay vào đó, các bạn nên khiến con mình yên tâm khi bố mẹ có thể thấy được vẻ đẹp giữa những nỗi đau đớn trong quá trình chuyển hóa thành người lớn của mình. Hãy tìm kiếm những cơ hội để bạn có thể đặc biệt và thành thật ca ngợi con mình, không phải vì tiềm năng trong tương lai của chúng mà bởi vì chính con người chúng ngay lúc này:

Mẹ thích bím tóc đi cùng với bộ đồ theo phong cách cô gái chăn bò của con đấy.

Giờ mẹ đã hiểu vì sao con lại thích đàn guitar Hawaii đến vậy. Âm thanh của nó vui đến nỗi mẹ không thể ngừng mỉm cười mỗi khi con chơi nó.

Cảm ơn vì con đã đưa Philip đi xem phim cùng con. Nó bảo rằng nó đã rất vui.

Tuyệt vời! Bố không biết làm thế nào để trộn đĩa CD như thế.

Cuộc sống chung với bọn trẻ mới lớn sẽ vui hơn nhiều nếu bạn nhận thấy được ít nhất là một vài giá trị từ trải nghiệm ấy. *Baruch atah Anodai elohaynu melech ha-olam m'shaneh ha-briot* là câu kinh Do Thái khi bạn nhìn thấy một người hoặc một con vật đặc biệt đẹp đẽ, bị biến dạng hay trông rất buồn cười. Nó có nghĩa là “Cảm ơn Chúa vì đã khiến muôn loài thật đa dạng.” Bạn không cần lúc nào cũng phải có ý như thế hoặc tin tưởng vào câu nói ấy. Nhưng bạn có thể coi nó là câu thần chú dành cho các bậc phụ huynh đang học cách chấp nhận và trân trọng những sinh vật kỳ lạ mà lũ trẻ mới lớn con họ đang trở thành.

Sự may mắn của thái độ khó chịu: Khoan dung với sự hỗ lão của bọn trẻ

Nancy – một người mẹ đơn thân – đang nói chuyện với tôi về Theo – cậu con trai hết sức tài năng của mình. Cậu bé đang học trường cấp hai, cậu là một vận động viên trượt ván săn súng[(1)], cậu là một trong những học sinh giỏi môn Sinh học nhất lớp, cậu cũng là một nhiếp ảnh gia từng đoạt giải thưởng về chụp ảnh thiên nhiên… và trong mắt mẹ mình, cậu quả là một kẻ khó chịu, hợm hĩnh:

> *Nó rất hỗn láo. Tuần trước, tôi dậy sớm để làm cho nó một bữa sáng đặc biệt: bánh kếp rắc chocolate. Nhưng nó chỉ nhìn chằm chằm vào cái đĩa rồi nói: "Mẹ biết là con sẽ không ăn cái đống hổ lốn này mà". Sau đó nó lấy một thanh chocolate Clif trong tủ bếp, vừa ra khỏi cửa vừa ăn ngồm ngoàm. Thậm chí nó còn chẳng thèm chào tôi lấy một tiếng.*
>
> *Nhưng ít ra thì sáng hôm đó nó còn dậy. Nó thường xuyên ngủ nướng. Tôi đã mua cho nó hẳn hai chiếc đồng hồ báo thức. Một trong hai cái có tên gọi là Réo vang. Nó khiến cả ngôi nhà rung chuyển. Cái còn lại có bánh xe và nó sẽ lăn đi khi chuông reo, vậy nên bạn phải ra khỏi giường thì mới tắt nó được. Nhưng nó vẫn không dậy nổi. Tôi còn biết làm gì nữa chứ? Để nó bỏ tiết học đầu tiên sao? Tôi thường phải lay nó dậy còn nó thì hét vào mặt tôi: "Ra khỏi phòng con ngay!"*
>
> *Tôi chẳng biết phải nói gì với một con người khủng khiếp đến vậy. Khi bằng tuổi nó, tôi chưa bao giờ đối xử với bố mẹ như thế cả.*

Có một khoảng thời gian mà khi một người trẻ tuổi ngủ dậy, thấy người lớn bước vào phòng, chúng sẽ không ngần ngại xúc phạm họ và tự động bước ra cửa để vớ bừa một cuộc hẹn nào đó. Tôi không hề luyến tiếc gì khoảng thời gian này. Những hành vi được xã hội chấp nhận khác bao gồm không phân biệt được mọi thứ, quét sạch những vấn đề trong gia đình xuống dưới tấm thảm trải sàn và thiết lập quy tắc trong gia đình thông qua việc dọa dẫm và tôn kính phục tùng Bố – vị Trưởng Tộc Cái Gì Cũng Biết.

Hầu hết các bậc cha mẹ tôi gặp đều muốn nuôi dạy con cái với sự cảm thông và nhạy cảm nhiều hơn những gì họ từng nhận được trong quá trình trưởng thành. Và kết quả là bọn trẻ thích nói chuyện, dễ gần và thẳng thắn hơn với chúng ta. Nhưng chúng cũng đồng thời trở nên hỗn láo hơn. Khi bắt đầu đến tuổi vị thành niên, chúng buộc phải xa cách chúng ta, chúng đẩy chúng ta ra xa bằng thái độ, hành vi và nét mặt. Chúng sẽ nói "Con ghét bố mẹ!" hoặc "Con không quan tâm bố mẹ nghĩ gì!". Đôi khi chúng còn chế nhạo chúng ta nữa. Trong những giới hạn hợp lý thì đây là những tín hiệu khó chịu nhưng lành mạnh cho thấy mối quan hệ của chúng ta với bọn trẻ đang cởi mở và thoải mái hơn. Bọn trẻ tự tin rằng chúng có thể thực hiện công việc đau khổ là dứt bỏ mẹ và bố mà bố mẹ vẫn yêu thương mình. Điều này khiến các bậc cha mẹ ngày nay rơi vào tình thế tiến thoái lưỡng nan: Làm sao chúng ta có thể vừa tôn trọng nhu cầu xa cách cha mẹ của bọn trẻ vừa thực hiện được trách nhiệm làm cha mẹ của mình là phải dạy chúng biết tôn trọng những người khác nữa?

Đó là trách nhiệm và là một trách nhiệm thiêng liêng. Tôn trọng người khác chính là cốt lõi trong giáo huấn của Do Thái giáo. Rabbi Hillel vĩ đại[2] từng được đặt câu hỏi rằng: "Nếu ngài phải giảng dạy mọi thứ về Do Thái giáo một cách thật ngắn gọn, Ngài sẽ nói gì?" Hillel đã đáp rằng: "Hãy đối xử với người khác như chính bản thân mình." Do Thái giáo luôn chú trọng vào hành động hơn là tín điều. Chính hành động chứ không phải niềm tin là thước đo thực sự về nhân cách của bạn. Đó là lý do giải thích vì sao Chúa lại ban cho chúng ta 613 điều răn[3] bao trùm mọi khía cạnh trong cuộc sống, đặc biệt là việc phải đối xử tốt với nhau. Chẳng hạn như: Chúng ta

cần làm từ thiện tùy thuộc vào khả năng tài chính của mình. Chúng ta không thể giữ lương của nhân viên quá ngày phát lương. Chúng ta không thể bỏ đói những con thú được sinh ra để ăn và hưởng thụ. Người nông dân phải để lại một góc cánh đồng chưa gặt cho những người nghèo. Do Thái giáo dạy chúng ta rằng sống tử tế với người khác cũng quan trọng như việc cầu nguyện hàng ngày vậy. Chúng ta là tổng thể của những việc chúng ta làm và phần lớn những việc chúng ta làm là những việc nhỏ chứ không phải việc lớn.

Ngũ thư Kinh Thánh dạy chúng ta rằng cha mẹ là những người giúp việc của Chúa. Điều đó có nghĩa là cha mẹ phải có trách nhiệm đặt sự tôn trọng và tử tế là nhiệm vụ trung tâm của gia đình. Cha mẹ cần dành sự chú ý, trí tuệ và sự nhạy cảm của mình cho cách bọn trẻ đối xử với người khác như với việc học ở trường hay sức khỏe của chúng vậy. Thật lý tưởng khi cha mẹ có thể dạy bọn trẻ biết cảm thông với người khác mà không phải hy sinh cả bản thân mình, dạy bọn trẻ trở thành người thẳng thắn mà không khiến người khác khó chịu.

Vậy thì cha mẹ – người dẫn đường biết cảm thông với người khác phải dạy bọn trẻ về sự tôn trọng như thế nào đây? Chiến thuật giúp bạn thành công trong việc dạy bọn trẻ biết cách tôn trọng người khác có liên quan đến sự kiên nhẫn, khoan dung và thanh thản của chính bạn. Bạn phải để bọn trẻ làm công việc của chúng là xa cách bố mẹ trong khi vẫn biết là chúng đang tập trung để ý đến từng chuyển động của bạn. Chúng sẽ học hỏi được nhiều hơn bạn tưởng bằng việc quan sát cách bạn xác định tiêu chuẩn về sự tôn trọng mà bạn cho là quan trọng nhất với mình, bằng phản ứng chính thức và thận trọng của bạn khi chúng thách thức những tiêu chuẩn đó và bằng chính sự khoan dung của bạn với chúng, kể cả khi chúng không đáng được như vậy.

Hỗn láo đến mức nào thì được coi là quá hỗn láo?

Hầu hết bọn trẻ mới lớn đều có những hành động hỗn láo quá đáng – xúc phạm, chửi rủa, đóng sập cửa – khi bạn kỳ vọng những thứ chúng cảm thấy không phù hợp hoặc khó hiểu. Những kỳ vọng

nghiêm khắc quá mức – mà không cân nhắc đến những cảm xúc non nớt của thời kỳ mới lớn – sẽ phản tác dụng. Nếu bạn muốn con mình không bao giờ đảo mắt tỏ vẻ nhàm chán với mình hay ủ rũ sau một ngày tồi tệ ở trường thì đừng bao giờ chỉ trích và cằn nhằn chúng đấy. Nếu không chúng sẽ xa lánh, nổi loạn hay che giấu hành động của mình.

Nhưng những kỳ vọng mờ nhạt cũng tồi tệ không kém. Hãy nhớ rằng bọn trẻ dựa vào bạn để trở nên mạnh mẽ. Nếu chúng cảm thấy bạn không thực sự biết mình muốn gì, chúng sẽ thấy bất an. Và sau đó chúng sẽ càng đẩy bạn ra xa hơn – xúc phạm nhiều hơn, ngạo mạn hơn, những cuộc xung đột dường như vô nghĩa cũng nhiều hơn. Chúng sẽ cảm thấy yên tâm khi cha mẹ tỏ thái độ rõ ràng, chín chắn và bình tĩnh. Để tư duy của bạn được mạch lạc, tôi gợi ý bạn nên đưa ra một vài tiêu chuẩn tối thiểu hợp lý về cách cư xử phải phép trong gia đình. Để làm được việc này, bạn phải nhìn lại lối sống của gia đình và tính khí của con mình.

Chẳng có bộ danh sách cách cư xử nào lại phù hợp với mọi gia đình và mọi đứa trẻ. Một vài gia đình giống như một loại nhạc trẻ có tên gọi là "hãy hét lên" – trong đó ca sỹ chính sẽ hét lên thật to bằng chất giọng khàn trên nền nhạc điện tử. (Bạn đã bao giờ nghe ban nhạc *Tôi đốt cháy hết bạn bè mình* hát chưa?) Nếu thứ âm nhạc đó không khiến bạn lập tức bỏ chạy, bạn sẽ thấy ngạc nhiên và thích thú, giống như nó có thể cổ vũ tinh thần cho bạn vậy. Các gia đình "hãy hét lên" luôn ồn ào và tràn đầy năng lượng, họ thỏa hiệp với nhau bằng cách quát tháo nhau. Bề ngoài họ dữ dội là thế nhưng bên trong đó là giai điệu, tình yêu thương và trách nhiệm. Ở những gia đình khác lại không có ai lên tiếng cả. Thậm chí việc đứng dưới cầu thang lớn tiếng gọi nhau xuống ăn tối cũng không được chấp nhận. Một vài gia đình lại suốt ngày trêu chọc và đấu khẩu bằng cách chế nhạo lẫn nhau. Số khác lại thích động tay chân, ẩu đả và đánh nhau. Lại có những nhà khác luôn yên lặng và nhẹ nhàng. Không bao giờ có nhịp điệu thích hợp cho mọi bản nhạc hay cách xử sự đúng mặc định cho mọi gia đình.

Lối sống của gia đình có thể bị tác động mạnh khi con bạn đến tuổi dậy thì. Giờ đây một người trong gia đình “ồn ào” đã rút lui (liệu sự im lặng và những câu trả lời chỉ có một từ của cậu bé có hỗn láo?); một người trong gia đình lịch thiệp cũng “vỡ giọng” (liệu sự ồn ào và náo nhiệt của cậu bé có hỗn láo?); một người trong gia đình thích đua tranh trở nên nhạy cảm (liệu cô bé có hay hờn dỗi và chỉ biết đến bản thân mình không?). Việc xác định điều gì là hợp lý khi có người trong gia đình thay đổi quả là một thách thức lớn.

Bạn có thể khiến việc xác định tiêu chuẩn cho gia đình mình đơn giản hơn bằng cách quan sát những địa điểm khác, bằng cách tìm hiểu phản ứng của bạn với các gia đình khác. Khi ở những nơi công cộng, bạn hãy để ý đến bọn trẻ, cả khi chúng đi theo nhóm hay đi cùng cha mẹ. Bạn ấn tượng với cách hành xử trưởng thành nào? Có phải đó là đứa trẻ đã mời một người anh họ lủi thủi một mình khiêu vũ tại một quán bar dành cho người Do Thái? Hay là đứa trẻ bước từng bước theo bước chân của người ông ốm yếu? Hay người đã bắt tay khi rời khỏi nhà bạn và nói: “Cảm ơn cô vì đã mời cháu đến đây”? Và hành động nào khiến bạn lo lắng nhất? Đứa trẻ cãi lại cha mẹ mình ở nơi công cộng? Tiếp tục ăn hoặc nhai khi được giới thiệu với người lớn? Hay đứa trẻ chơi trống trong gara sau 9 giờ tối vào một đêm ở trường học? Hãy mang tất cả những ý tưởng đó về ngôi nhà của chính mình và so sánh chúng với lối sống của gia đình và con bạn. Hãy chuẩn bị tâm lý để điều chỉnh danh sách của bạn theo thời gian khi con bạn trưởng thành hoặc – như xu hướng thường thấy ở bọn trẻ mới lớn – tạm thời đi giật lùi lại phía sau.

Bạn có thể coi con mình là đứa trẻ hỗn láo nếu nó:

- Trực tiếp chửi rủa bạn hoặc các thành viên khác trong gia đình
- Xúc phạm bạn trước mặt người khác
- Không trả lời những câu hỏi trực tiếp của người khác

- Đi chơi quá giờ giới nghiêm (điều này được liệt vào mục tạo ra tình huống khiến người khác phải lo lắng)
- Thường xuyên đóng sập cửa
- Làm hỏng đồ đạc mà không thèm sửa chữa hay xin lỗi
- Không sẵn lòng nói chuyện phiếm với bạn bè của bố mẹ
- Không hỏi mà đã dùng đồ của bạn
- Vào phòng của anh chị mà không xin phép
- Chuyển kênh radio trên xe ô tô mà không thèm hỏi bạn

Còn dưới đây là danh sách những hành vi cũng hỗn láo nhưng tôi lựa chọn cách phớt lờ chúng để con gái tôi và tôi không phải lúc nào cũng cãi nhau.

Bạn có thể lựa chọn cách phớt lờ những hành vi sau:

- Mặt mũi sưng sỉa/ Hờn dỗi
- Cằn nhằn trước khi làm việc nhà, làm bài tập về nhà hay những nhiệm vụ được giao
- Đảo mắt tỏ vẻ nhàm chán
- Nói lẩm bẩm một mình
- Thường xuyên không nói những câu như: “Chào mẹ!” hay “Tạm biệt bố!”
- Thường xuyên trêu chọc, cãi nhau, đánh nhau (ở mức độ nhẹ) với các anh chị em khác
- Thi thoảng đóng sập cửa

- Chửi rủa trước mặt, nhưng không trực tiếp nhắm vào cha mẹ
- Đi chơi quá giờ giới nghiêm nửa tiếng vào dịp nào đó vì những tình huống phát sinh
- Không quan tâm đến những thứ bạn mua cho chúng (giờ đó là đồ của chúng nhưng bạn không phải mua thêm gì cho chúng nữa)
- Nói chuyện với bạn bè với giọng bất lịch sự hoặc trò chuyện với chúng về những chủ đề bậy bạ
- Bực tức với bạn vì những lý do vô lý
- Trao cho bạn ánh mắt "biến đi" khi một người bạn của chúng đi ngang qua

Việc lập một danh sách như thế này có ích lợi gì? Nó giúp bạn xác định mình có thể chịu đựng đến mức độ nào và bạn sẽ không cần phải phê phán bản thân về việc liệu bạn đang đòi hỏi quá nhiều hay quá ít ở con mình? Đồng thời, việc xác định rõ ràng các tiêu chuẩn cũng giúp bạn tránh bị những tác động khác dày vò. Như vậy, khi con bạn phàn nàn (chắc chắn là thế) rằng bạn quá nghiêm khắc:

Mẹ, tất cả những người con biết đều thi thoảng bảo bố mẹ họ hãy xuống địa ngục đi.

Bạn sẽ không cần phải nhượng bộ – và sau đó lại hối hận về hành động đó. Khi chính cha mẹ của bạn phàn nàn rằng bạn đang quá khoan dung với bọn trẻ:

Con không biết là con đang khiến bọn trẻ hư hỏng sao?

Bạn sẽ ít lúng túng khi đánh giá lại mỗi quyết định liên quan đến việc nuôi dạy con cái do chính mình đưa ra. Việc có một danh sách

sẽ giúp bạn hành động tự tin hơn. Khi cần, hãy chỉnh sửa và xem lại danh sách đó.

Không có một cách phản ứng cụ thể nào là tốt nhất với những hành vi mà bạn xác định là hỗn láo đến mức không thể chấp nhận được. Cách bạn ứng phó với nó còn tùy thuộc vào nguyên nhân – và để hiểu được những nguyên nhân phổ biến nhất của các hành vi hỗn láo, chúng ta hãy cùng nhìn sâu vào trái tim và tâm hồn của đứa con hay thay đổi và khiếm nhã của bạn.

Tại sao những đứa trẻ ngoan lại trở nên hỗn láo?

Chuyện gì đã xảy ra với đứa con năm tuổi đáng yêu của bạn, đứa bé đã định cưới bạn khi nó lớn lên và nói những câu như: “Mẹ là người đẹp nhất, tuyệt vời nhất trên cả thế giới rộng lớn này”? Có phải ai đó đã cướp nó đi mất vào ban đêm không? Đứa con mới, đứa trẻ thay thế[(4)] này, nó xa lánh bạn, vô tâm và vô cùng khó chịu. Nó nói thế này: “Rõ ràng là mẹ không hề hiểu con… hay bất cứ chuyện gì cả” hoặc “Con không thể sống thêm một ngày nào trong cái căn nhà này nữa!”. Nhưng chúng không hề cố ý xúc phạm bạn. Bên cạnh việc xa cách bạn – theo cách vụng về và non nớt của chúng – thì theo nhiều cách khác, sự hỗn láo của bọn trẻ là những dấu hiệu phát triển bình thường và thậm chí là bản năng hướng tới sự trưởng thành.

Mọi thứ đều xoay quanh bản thân bọn trẻ

Phi trung tâm hóa là thuật ngữ mà nhà tâm lý học Jean Piaget[(5)] sử dụng để miêu tả khả năng nhìn nhận vấn đề theo quan điểm của người khác. Về mặt kỹ thuật, khả năng này bắt đầu xuất hiện khi đứa trẻ khoảng sáu hay bảy tuổi và được phát triển đến năm 12 tuổi nhưng khi bọn trẻ bị căng thẳng, mệt mỏi hay lo lắng, suy nghĩ của chúng sẽ không được chín chắn. Trong các tình huống khó khăn, phi trung tâm hóa là một trong những kỹ năng liên quan đến nhận thức đầu tiên bị gạt sang một bên. Khi bọn trẻ nói những câu như:

Mẹ làm ơn đừng xung phong đi cùng trong chuyến đi chơi của trường. Nhất là khi mẹ định cột tóc đuôi ngựa thế kia.

Con không ăn thứ này đâu. Trông như thức ăn dành cho chó vậy.

Đừng nhìn con. Đừng nói chuyện với con.

Chúng đang coi bản thân mình là trung tâm. Chúng không nghĩ đến hậu quả của hành vi hay ngụ ý trong lời nói của chúng với bạn (ý thức bản thân của bạn về mái tóc, về khả năng nấu ăn hay công việc làm cha mẹ); chúng đang nói với bạn về *chính bản thân mình* (thói hay xấu hổ, khẩu vị cầu kỳ và hay thay đổi hoặc tâm trạng không tốt vào lúc đó). Tùy thuộc vào sự trưởng thành và mức độ công kích trong những bình luận của chúng, bạn có thể bỏ qua chuyện này. Hoặc bạn có thể nói bằng giọng bình thản, để chúng biết rằng chúng đang vượt quá giới hạn được xã hội văn minh này quy định: “Như thế không hay đâu Meghan ạ” hay ”Dừng lại ngay! Con không được nói với mẹ kiểu đó”. Kỹ thuật thử và đúng của những tuyên bố dùng đại từ Bố/ Mẹ thi thoảng cũng tỏ ra hiệu quả: “Khi con dùng các từ ‘bữa tối’ và ‘thức ăn dành cho chó’ trong cùng một câu, mẹ rất bực mình vì mẹ đã phải vất vả để chuẩn bị bữa ăn này và hy vọng rằng con sẽ thích nó.” “Khi con xúc phạm vẻ ngoài của mẹ, mẹ rất ngạc nhiên và vô cùng tổn thương.” Sau đó hãy chuyển nhanh sang một chủ đề khác… hoặc một căn phòng khác.

Hỗn láo là một cách giải tỏa

Bọn trẻ cũng coi việc hỗn láo là một cách giải tỏa năng lượng. Hãy nhớ lại xem khi đứa con bé bỏng của bạn bước vào trường mẫu giáo, chúng phải tuân theo tất cả các quy tắc, ngồi trong một vòng tròn khi đến giờ phải ngồi vào vòng tròn đó, nói thật khẽ, đặt hộp cơm trưa vào lại trên kệ, giơ tay khi muốn nói gì, cả ngày dài cứ phải giữ tất cả những quy tắc đó và sau đó tỏ vẻ giận dữ khi bạn đến đón chúng. Bọn trẻ mới lớn – chẳng khác gì giai đoạn khi chúng mới biết đi – cũng vậy. Chúng phải tỏ ra lịch sự với những giáo viên khó chịu và tẻ nhạt nhất, với giáo viên môn thể dục – người sẽ gào

thét vào mặt chúng nếu chúng không hoàn thành vòng chạy của mình quanh đường đua. Và nếu chúng đang bắt đầu học cấp hai hoặc cấp ba, một lần nữa, chúng lại là phải thực hiện theo các quy tắc do nhà trường đưa ra. Giống như nhân viên dù đang rất bực mình nhưng không thể trút giận vào sếp, bọn trẻ về nhà và đá thúng đụng nia: Bạn là một mục tiêu an toàn vì bọn trẻ biết bạn yêu thương chúng và chúng tin tưởng rằng bạn sẽ không trả đũa lại chúng. Sự khác biệt giữa cơn giận dữ gào thét khi chúng lên bốn và những lời nói xúc phạm khi chúng 14 tuổi là một thứ khiến bạn điếc tai, còn thứ kia làm tổn thương cảm xúc của bạn. Thi thoảng bạn phải sử dụng tất cả sự quyết tâm của một người làm cha mẹ để không trả đũa lại chúng.

Nhưng bạn không thể trả đũa lại chúng, nếu bạn muốn chúng cảm thấy bạn đang kiểm soát được cảm xúc của mình một cách chắc chắn. Nếu con bạn hét lên với bạn rằng: “Mẹ im ngay đi!” và chạy về phòng nó, khóa cửa lại, có thể bạn sẽ muốn tiến đến cánh cửa, đập vào nó và thét lên: “Thưa quý cô, cô sẽ không được phép nói với tôi bằng cái giọng đó nữa đâu!”

Bằng cách phản ứng cảm tính với sự khiêu khích của bọn trẻ, bạn đang đánh mất vị trí và uy quyền của mình. Thay vào đó, hãy thật bình tĩnh. Nếu sự hỗn láo của con đánh trúng vào điểm yếu của bạn, giống như những ký ức thời thơ ấu khi bị người khác điều khiển hoặc bắt nạt, hãy để bản thân mình được nghỉ xả hơi một lát. Hãy thở vài hơi thật sâu và tinh khiết, giống cách thở mà chúng ta vẫn được học ở các lớp yoga vậy. Hãy cố nói rằng: “Thật khó nói chuyện bằng cái giọng đó. Thôi để khi khác vậy.” Thậm chí nếu con bạn có lao ra thì bạn cũng đã thiết lập được giới hạn tối thiểu để nói chuyện với chúng rồi. Và bạn nên tránh xa một đứa trẻ đang không kiểm soát được hành vi của mình. Tùy thuộc vào tình hình, sau đó bạn có thể tiếp cận con và nói những câu kiểu như: “Hình như con hơi căng thẳng khi về nhà chiều nay. Hôm nay ở trường có chuyện gì à?” Có thể bạn sẽ không nhận được một câu trả lời thực sự nhưng ít nhất thì bạn đã chứng minh rằng bạn – cha mẹ – có thể lắng nghe những vấn đề ẩn bên dưới sự hỗn láo của bọn trẻ.

Hỗn láo là một thủ thuật khôn ngoan

Bạn có thể ăn uống, sống, mua sắm và làm bất kỳ điều gì mình thích. Còn bọn trẻ mới lớn thì có rất ít lựa chọn, dù chúng có nhiều đặc quyền. Chúng bị nhốt trong ngôi nhà chúng không lựa chọn, ở thành phố chúng không lựa chọn, với cha mẹ chúng không lựa chọn. Vì khái niệm về thời gian của chúng rất khác với chúng ta nên chúng tưởng rằng cả đời này chúng sẽ mãi là nô lệ. Bên cạnh những cách được cha mẹ chấp thuận để cảm thấy mình có sức mạnh (học giỏi ở trường, chơi thể thao giỏi, là người dẫn đầu), cách dễ dàng nhất giúp chúng kiểm nghiệm sức mạnh của mình là bày trò chơi khăm người khác, gây rối hay thách thức người lớn. Khi bọn trẻ nói với bạn rằng chúng đang ngủ lại nhà Olivia trong khi thực ra chúng đang ở nhà Jake, chúng đang đi con đường tắt để đến với tự do. Nếu bị bắt quả tang, cách tốt nhất giúp chúng chiến đấu lại chúng ta là gào thét hoặc đưa ra những nhận xét coi thường và mỉa mai hoặc chuyển hướng việc buộc tội bằng cách xúc phạm bạn.

Vì đã tìm hiểu về bạn nên chúng biết cách khéo léo tấn công vào điểm yếu của bạn. Những gì chúng nói có thể khiến bạn đau đớn. Hãy xem ba ví dụ dưới đây theo cấp độ tăng dần về sự tinh vi, mỗi ví dụ đều do cha mẹ của những cô bé 14 tuổi kể lại với tôi:

Con gái: Mẹ, tối nay con sẽ ngủ lại nhà Charlotte.

Mẹ: Mẹ xin lỗi nhưng tối nay con cần có một giấc ngủ ngon. Sáng mai con sẽ thi đấu sớm đấy.

Con gái: Mẹ biết gì không? Ở nhà Charlotte con ngủ ngon hơn ở nhà nhiều. Con ghét mẹ. Mẹ là một người mẹ kinh khủng.

Bố, lý do khiến bố không cho con đi mua sắm với bạn là vì ai cũng biết rằng hồi học cấp ba bố không được bạn bè yêu quý. Điều đó có nghĩa rằng thật không công bằng khi bố giam cầm con thế này.

Mẹ, lý do mẹ quá nghiêm khắc và đưa ra những quy định kỳ quái như thế là vì bản thân mẹ có quá nhiều vấn đề (dừng lại

đầy kịch tính).

Và ai cũng biết rõ điều này (dừng lại đầy kịch tính)

Họ luôn nói về điều đó.

(Hãy để ý đến hai trong số ba đứa trẻ trên đã dùng cụm từ "ai cũng biết". Không phải mọi người ai cũng biết. Đây chỉ là thủ đoạn khiến bạn mất cân bằng và lung lay niềm tin để chúng có được thứ mình muốn).

Nếu bọn trẻ dùng sự hỗn láo để tấn công vào các quy định của bạn và bạn phản ứng một cách nóng nảy với sự hỗn láo đó, chúng sẽ phản ứng lại như thể bạn vừa rút kiếm ra để đấu tay đôi và thách chúng dám rút kiếm của mình ra vậy.

Con cứ làm thế đi, ngủ ở nhà Charlotte. Nếu con thích thì sống ở đó luôn cũng được. Con chính là người thích tham gia cuộc thi này mà. Tốt rồi, bỏ cuộc thi luôn đi. Mẹ có thể ngủ dậy muộn và thoát khỏi gánh nặng phải lái xe đưa con sang bên kia thành phố vào buổi sáng.

Nếu bạn để cuộc chiến leo thang thì ai sẽ là người chiến thắng? Là chúng, vì bạn đã vừa đi chệch ra khỏi vấn đề thực sự – đó là quy tắc mà bạn đặt ra hoặc buộc chúng phải tuân theo. Bạn sẽ thành công hơn nếu bạn phớt lờ sự tấn công của chúng và tập trung vào nhiệm vụ của mình – buộc chúng phải làm theo quy tắc ngay lập tức.

Hãy bắt đầu hoặc kết thúc câu trả lời của bạn với một trong những từ dưới đây, hoặc nói cả câu cũng được:

Tuy vậy…

Bất chấp…

Đó không phải là vấn đề.

Con phải nghe lời mẹ.

Mẹ đã nghĩ về chuyện đó và câu trả lời của mẹ là không.

Mẹ nhớ mình đã nói không về chuyện này rồi.

Mẹ sẽ không thay đổi ý kiến về chuyện này đâu.

Mẹ không đồng ý bộ phim đó… ngủ cùng nhau… để máy tính trong phòng con.

(Hãy để ý rằng trọng tâm của vấn đề nằm ở việc *bạn* chứ không phải con bạn có sẵn sàng hay không, vậy nên bạn đừng mời chúng tranh luận làm gì).

Có thể bạn sẽ cảm thấy thật vô trách nhiệm, thậm chí là nguy hiểm khi bỏ qua việc bọn trẻ xúc phạm mình, nhưng điều này có tác dụng. Hãy sử dụng nó vừa đủ và bọn trẻ sẽ nhận ra rằng hỗn láo không phải là cách hiệu quả khiến bạn phá vỡ các quy tắc của mình. Nếu bạn có thể buộc bọn trẻ làm theo các quy tắc của mình mà không phải đấu tranh để có được sự đồng ý hay rơi vào một cuộc chiến qua lại thì đây là một lợi ích nữa: Bạn đang cho chúng một "hình mẫu" để chúng có thể áp dụng với bạn bè. Chẳng hạn như, con bạn có thể nói rằng: "Không, tớ sẽ không ở lại bữa tiệc, tớ sẽ gọi bố đến đón – và không, tớ sẽ không phải giải thích tại sao mình làm vậy."

Bọn trẻ không biết phải làm gì với những cảm xúc mạnh

Thậm chí khi con bạn không tỏ ra hỗn láo thì cảm xúc trong chúng cũng vô cùng mãnh liệt, và chúng chưa từng có kinh nghiệm phải đối mặt với những loại cảm xúc mạnh và mới mẻ này. Khi còn ít tuổi, bọn trẻ có thể rất, rất tức giận hoặc cảm thấy khó chịu vì xấu hổ nhưng khi bước vào thời kỳ mới lớn, chúng còn sống trong lãnh địa cảm xúc phức tạp hơn nhiều. Chúng đang trải nghiệm sự kết hợp lạ

lùng của nhiều trạng thái tình cảm – đau buồn, vui vẻ, tức giận, bối rối – và vì bạn là người sống cùng chúng, chúng sẽ thực hành việc đối mặt với những cảm xúc này với bạn. Vài bậc cha mẹ sẽ ngạc nhiên khi nghe tôi nói rằng: “Bọn trẻ mới lớn được quyền có một mối quan hệ riêng tư với những cảm xúc sâu sắc, và việc cố gắng để xua những cảm xúc ấy đi không phải là việc của bạn. Tình cảm của bọn trẻ thuộc sở hữu của chúng chứ không phải của bạn. Việc chúng xa cách bạn cũng có ưu điểm: Bạn không cần phải cảm nhận được cảm xúc của bọn trẻ.”

Lý tưởng nhất là bọn trẻ có thể tìm đến bạn khi tâm trạng chúng không tốt, nhận thấy rằng bạn cảm thông với chúng nhưng không quá lo lắng và rồi chúng lại bỏ đi – kể cả khi chúng bỏ đi để đắm mình vào nỗi đau khổ của mình trong một chốc lát. Điều này cho bọn trẻ thấy dù chúng có cảm thấy mọi thứ rối tung và mất kiểm soát thì bạn vẫn luôn vững chãi. Việc này rất giống với điều bạn từng làm khi con chơi trong công viên: Chúng chạy đến với bạn, chạm vào bạn rồi lại chạy đi, chúng làm vậy chỉ để yên tâm rằng bố và mẹ vẫn ở đó. Nếu bọn trẻ tìm đến bạn trong tâm trạng tồi tệ và bạn cảm thấy buồn vì chúng đang đau khổ, hoặc bạn bắt đầu chẩn đoán tình trạng của chúng, giải quyết vấn đề hoặc trở nên thiếu kiên nhẫn, bạn sẽ không còn là “ngôi nhà an toàn” cho chúng nữa. Chúng sẽ không cảm thấy đủ an toàn để chạy về với bạn khi gặp rắc rối vào lần sau.

Một lý do thường bị bỏ sót khiến cha mẹ cảm thấy lo lắng trước những cách phản ứng dữ dội và hỗn láo của bọn trẻ là chúng đã trở thành những người cao lớn và biết ăn nói. Chúng ta rất dễ quên mất rằng chúng chưa phải là người lớn. Khi chúng còn nhỏ và nói những câu như “Con ghét mẹ, mẹ ngốc nghếch! Con ước con có thể ném cả nghìn viên đá vào mẹ”, bạn cảm thấy những điều đó thật dễ thương vì chúng xuất phát từ một đứa trẻ đáng yêu. Nhưng khi chúng đã lớn và nói rằng “Mẹ đúng là người u uất và thảm hại” thì thật khó để cảm thấy buồn cười. Nếu một người lớn thật sự nói với chúng ta như thế, chúng ta hoặc sẽ hoảng sợ, hoặc vô cùng giận dữ. Bí quyết giúp bạn có thể tha thứ cho sự hỗn láo của bọn trẻ mới lớn là hãy thầm thu nhỏ chúng lại. Hãy tưởng tượng xem bọn trẻ từng trông như thế nào khi chúng mới năm tuổi và mặc những chiếc

váy bồng bềnh, váy xòe lấp lánh hay trang phục siêu anh hùng trong ngày Halloween. Khi bọn trẻ bị ngập trong những cảm xúc giận dữ thì sự trưởng thành của chúng gần với đứa trẻ lên năm đó hơn là với một người trưởng thành dày dạn. Bọn trẻ vẫn cần bạn vững vàng ở đó để chúng có thể học cách khiến bản thân chúng trở nên vững vàng.

Tại sao chúng cư xử đúng mực với tất cả mọi người trừ tôi?

Khi tôi gặp gỡ các bậc phụ huynh để đánh giá xem con họ cần kiểm tra, trị liệu hay bất cứ hình thức trợ giúp nào khác liên quan đến tâm lý, tôi luôn hỏi họ rằng các giáo viên nói gì về con họ và chúng có bạn bè gì không. Tôi rất ngạc nhiên khi bố mẹ thường xuyên mỉm cười và hết lắc lại gật đầu: "Ồ, các giáo viên rất thích nó, nó cũng có rất nhiều bạn, cũng toàn những đứa ngoan cả, nhưng nó thì thật khủng khiếp. Tôi không biết làm sao mà chúng lại chịu đựng được nó."

Còn tôi thì biết. Chúng khéo léo, chu đáo và vui vẻ với đám bạn theo cách của bọn trẻ mới lớn. "Này thằng khốn, hôm nay thấy khỏe hơn chưa? Tao phát ớn khi phải ngồi suốt giờ Hình học mà không có mày." Và có thể chúng cũng lễ phép với các thầy cô giáo khác. Bạn đã bao giờ chứng kiến quá trình nòng nọc phát triển thành ếch chưa? Khi quá trình đó sắp kết thúc, chúng đã có chân và tay của loài ếch nhưng cái đuôi cá của nó thì vẫn còn dính ở đó. Chúng có thể ngồi trên một hòn đá, hít thở không khí nhưng chúng vẫn phải để cái đuôi nòng nọc nhỏ của mình dưới mặt nước. Bạn chính là mặt nước đó. Khi con bạn xử sự đúng mực với những người lớn khác trong khi ở nhà thì lạnh nhạt, om sòm, hay tự ái, hay đòi hỏi và thiếu lòng biết ơn (đặc biệt là với mẹ), có thể bạn sẽ cảm thấy bị tổn thương nhưng đó là dấu hiệu cho thấy thời kỳ mới lớn đang diễn ra bình thường. Mặt khác, nếu bạn nghe người khác phàn nàn rằng con mình cư xử không ra gì với những người lớn khác hay hội bạn thân đã bỏ rơi nó thì đó là lúc bạn nên tìm đến sự trợ giúp từ bên ngoài. Một nhà tư vấn hoặc một chuyên gia trị liệu có kinh nghiệm làm việc cùng bọn trẻ mới lớn cũng như gia đình chúng có thể giúp

bạn và con mình tìm ra được những nguyên nhân dẫn đến hành vi tự hủy hoại bản thân mình của bọn trẻ.

Sự do dự là một chiến thuật nuôi dạy con

Rồi một ngày hóc-môn của bọn trẻ sẽ dần ổn định và não bộ của chúng sẽ trưởng thành. Khi cuối cùng chúng cũng có được tự do và quyền lợi của riêng mình, chúng sẽ cảm thấy bớt tuyệt vọng hơn. Theo thời gian, rồi chúng sẽ tự nhiên nhìn nhận bạn là một con người với đầy đủ cảm xúc và nhu cầu. Chúng sẽ không tập trung vào bản thân mình nữa. Các bạn còn nhớ Theo không? Tôi tin chắc rằng một ngày nào đó, Theo sẽ bước vào bếp, trao cho Nancy một nụ hôn và nói những lời như: “Mẹ có nhớ ngày trước mẹ thường làm bánh kếp rắc chocolate cho con không? Con rất thích chúng. Mẹ nghĩ thế nào về việc giờ chúng ta sẽ cùng làm để nhớ lại những ngày xưa?” (Tuy nhiên, ngày đó vẫn còn rất xa.) Như một người bà mà tôi biết từng nói: “Một ngày nào đó, bọn trẻ sẽ ra khỏi giường, đi xuống cầu thang và ngạc nhiên khi thấy bố mẹ đã trở nên ‘biết điều’ như thế nào.”

Điều quan trọng là bạn không được lạc lối trong nỗi sợ hãi rằng sự hỗn láo của con bạn sẽ vĩnh viễn là một thói xấu về mặt đạo đức. Khi đó, bạn sẽ không còn tâm trí để trở nên khoan dung và bình tĩnh. Đây là thời điểm tốt để suy nghĩ về *bitachon* – niềm tin vào Chúa – có ý nghĩa như thế nào với bạn. Khi các bậc phụ huynh nói nhỏ với tôi rằng họ cảm thấy không thoải mái với từ “Chúa” cho lắm, tôi khuyên họ thi thoảng hãy thay từ đó bằng “hiện thực”: Tôi tin vào hiện thực. Tôi trân trọng hiện thực. Con tôi được tạo dựng từ hình ảnh của hiện thực. Bọn trẻ con tập bò và đi là sự phát triển bình thường của hiện thực. Bọn trẻ mới lớn cuối cùng cũng sẽ học được cách kết nối với một thế giới bên ngoài những mong muốn tức thời của chúng là sự phát triển bình thường của hiện thực.

Dù bạn phải có niềm tin vào sức mạnh bất diệt của thời gian và sự trưởng thành nhưng bạn không thể *chỉ* dựa vào thời gian và sự trưởng thành được. Bọn trẻ mới lớn cần ý kiến phản hồi của bạn để chúng có thể biết ranh giới của những hành vi tốt được đặt ở đâu.

Bạn có nhớ khi chúng chỉ là những đứa trẻ mới biết đi không, chúng đã liên tục làm rơi đi làm rơi lại cái cốc uống nước từ trên ghế cao và thích thú với tiếng động khi chiếc cốc rơi xuống sàn nhà? Con bạn đã học được đặc tính về vận tốc và vật lý như thế. Còn giờ đây chúng đang tìm hiểu về các quy tắc ứng xử tương đối trong xã hội. Bọn trẻ đang tìm hiểu về các tiêu chuẩn của cộng đồng và sự tôn trọng lẫn nhau bằng cách chia nhỏ toàn bộ hệ thống ra rồi chắp vá từng mảnh nhỏ lại với nhau. Bọn trẻ cần bạn giúp để hiểu được trật tự xã hội, để giải thích với chúng rằng "Đây là một trong những quy tắc mà nếu con vi phạm, hậu quả sẽ rất khôn lường. Còn *đây* là một quy tắc linh động hơn, nhưng không quá mức linh động đâu." Nếu bạn để mọi thứ vuột khỏi tầm tay mình, có thể con bạn sẽ trở nên hỗn láo đến mức không được chấp nhận trong xã hội văn minh này, hoặc ngay cả chính bạn cũng chẳng thể có nổi chút thiện cảm nhỏ nhất với chúng.

Khi hành vi hỗn láo lành mạnh trở thành sự coi thường

Các bậc cha mẹ muốn giảm xung đột với đứa con hay cáu kỉnh của mình thường bắt đầu bằng việc tự chỉ trích bản thân. Tôi lại nghĩ đến Nancy – người đã trở nên tức giận với bản thân cũng như với Theo – con trai cô. "Tôi thường xuyên nổi cáu với nó", cô kể với tôi. "Tôi cằn nhằn rằng nó phải biết cư xử hơn, tôi gào thét và tạo ra một không khí khó chịu trong nhà. Tại sao tôi không thể cảm thấy thoải mái nổi?"

"Trong tình huống này, tôi không quá quan tâm đến Theo", tôi nói. "Điều tôi quan tâm đó là một cách thật tệ để *cô* bắt đầu một ngày mới. Nó khiến *cô* khó chịu." Hoàn toàn không giống cách cư xử của chủ nhà, Nancy đang xử sự giống như Dobby – chú gia tinh trong loạt truyện Harry Potter. Cô phàn nàn, bĩu môi, cô thường xuyên tức giận nhưng lại không khẳng định được quyền lực của mình bằng cách đặt ra một vài giới hạn rõ ràng về những trách nhiệm vào buổi sáng của con trai hay cách đối xử của cậu bé với cô nói chung. Theo cảm nhận của tôi 'cô đang tự nghi ngờ về bản thân và cậu bé tận dụng điều đó. "Cậu bé là kẻ thất bại thỏa mãn", tôi nói với Nancy, "còn cô là 'người thỏa mãn thất bại'.

Đúng vậy, có con ở tuổi mới lớn, bạn sẽ phải tha thứ cho những hành vi mà bạn không thể chấp nhận ở bất cứ thời điểm nào tại bất cứ lĩnh vực nào khác trong cuộc đời mình. Tôi từng yêu cầu các bạn hãy đối mặt với sự hỗn láo của con mình bằng sự bình thản. Nhưng mọi thứ cũng có giới hạn của nó. Ngôi nhà của bạn không nên trở thành nơi hàng ngày chúng phơi bày mọi thói xấu và xúc phạm cha mẹ được. Tôi thường nói với các bậc cha mẹ kiệt sức vì bọn trẻ không ngừng chỉ trích họ rằng: "Bạn làm việc vất vả, bạn thanh toán các hóa đơn, bạn lái xe đưa bọn trẻ đi tham gia các hoạt động, bạn lên lịch các cuộc hẹn với bác sỹ của chúng, bạn đến cửa hàng tạp hóa, bạn cho chúng những lời khuyên sâu sắc và bạn nhận được rất ít lòng cảm kích vì tất cả những thứ đó. Vì tất cả những công việc mà bạn phải làm, điều quan trọng phải giữ cho ngôi nhà của mình là nơi tương đối bình yên, nơi bạn có thể thư giãn và trú ẩn sau mọi công việc của cả một ngày dài."

Tôi thường nói với các bậc cha mẹ thất vọng vì sự hỗn láo dai dẳng của bọn trẻ về khái niệm*shalom bayit* – sự bình yên trong gia đình của Do Thái giáo. Do Thái giáo dạy chúng ta rằng giữ được sự bình yên trong gia đình là trách nhiệm còn tận hưởng sự bình yên đó là quyền lợi của bạn. Đó là vấn đề về cả sự thoải mái lẫn lòng tự trọng của bạn. Một ngôi nhà mà bọn trẻ thường xuyên đóng sập cửa phòng chúng, phá hỏng sự bình yên trong nhà, hay trả lời trước lời mời xuống ăn tối cùng với gia đình bằng cách nói rằng "Con đã bảo là để con yên" không phải là một nơi trú ẩn an toàn.

Danh sách các hành vi hỗn láo không được chấp nhận sẽ giúp bạn xác định đâu là khi con bạn đang trải qua sự hỗn láo bình thường trong sự phát triển của thời kỳ mới lớn hay đâu là khi nó đang thiếu nhạy cảm và thiếu tôn trọng đến mức khiến gia đình không thể có được sự bình yên. Nếu chúng vẫn tiếp tục vi phạm các mục trong danh sách Quá Hỗn láo thì bạn sẽ có việc phải làm đấy.

Hãy sử dụng danh sách của bạn để tạo ra những tiêu chuẩn về sự tôn trọng trong gia đình và đặt ra những quy định cơ bản cụ thể. Một hoặc hai quy định là những thứ bạn kỳ vọng bọn trẻ sẽ thực hiện mọi lúc mọi nơi, vậy nên hãy suy nghĩ về những thứ khiến bạn

phiền lòng nhất. Bản thân hành động đó có phải sự hỗn láo hay không? Hay đó là một tình huống có thể đoán trước là sẽ khiến tất cả mọi người tức giận và thất vọng, như việc Theo không chịu dậy đi học đúng giờ chẳng hạn? Bạn hãy luôn nhớ rằng bọn trẻ mới lớn có quyền có những cảm xúc tiêu cực mạnh, vậy nên hãy tập trung vào hành vi nhiều hơn là thái độ của chúng:

Khi con từ trường về nhà, mẹ hy vọng con có thể nói một câu ngắn gọn "Chào mẹ" để mẹ biết rằng con đã về.

Việc của con là phải tự dậy trước bảy giờ sáng.

Con biết là bố mẹ không bận tâm lắm nếu thi thoảng con có chửi rủa một chút, nhưng con không thể lăng mạ bố mẹ được.

Đừng cố đưa ra những quy định mới khi mâu thuẫn giữa bạn và chúng đang căng thẳng. Hãy chờ đợi và có một cuộc trò chuyện gia đình khi các bên có liên quan đã cảm thấy tương đối thoải mái, no nê và không vội vã. (Có thể bạn sẽ nghĩ rằng "Vậy thì khi nào mới được như thế cơ chứ?" Từ khóa ở đây là *tương đối*.) Hoặc nếu con bạn có xu hướng trở nên phòng thủ hay rút lui khi chạm mặt cả bố lẫn mẹ, hãy trao đổi riêng với chúng về các quy định. Một khi bạn đã giải thích rõ ràng về cách chúng cư xử khiến bạn bận tâm và vì sao lại thế, hãy cùng động não để tìm cách giải quyết vấn đề. Nếu con bạn tỏ vẻ hứng thú với một giải pháp nào đó, hãy cân nhắc việc thử áp dụng nó, dù có vẻ như nó rất khó trở thành hiện thực:

Nếu mẹ để một hình dán ngộ nghĩnh vào phía sau nắm đấm cửa, nó sẽ nhắc con nhớ chào mẹ khi con về nhà.

Hay rất khó chịu như thế này:

Con có thể dậy đi học đúng giờ nếu con mặc sẵn quần áo tới trường đi ngủ.

Hay ngốc nghếch thế này:

Con có thể tự dậy vào lúc 7h15’ sáng vì bạn con là Whitney sẽ gọi điện thoại di động cho con mỗi ngày.

Hoặc có khả năng tạo ra những vấn đề mới:

Nếu con không dậy đúng giờ thì con cũng không cần bố chở con đi. Con sẽ đi bộ và đi học muộn.

Những giải pháp này có thể sẽ hiệu quả vì đó là do bọn trẻ tự nghĩ ra. Điều này tạo ra yếu tố được chấp thuận ngay từ đầu. Nếu có nhiều ý tưởng được đưa ra, hãy cùng thảo luận với bọn trẻ về những cái hay và dở của từng ý tưởng và cho phép chúng chọn một trong số những ý tưởng đó. (Bạn có quyền phủ quyết những đề xuất không thể chấp nhận được một cách hiển nhiên, nhưng hãy kiềm chế việc dùng quyền này). Sau đó quyết định xem kết quả sẽ được tính như thế nào và – điều này mới quan trọng – hãy trao thưởng khi bọn trẻ có được thành công thực sự. Trong cuốn sách *Dạy con kiểu Do Thái: Sự may mắn của cái đầu gối bị trầy xước*, tôi đã nói về việc sử dụng công thức “khi nào… thì…” để khuyến khích bọn trẻ hợp tác cùng người lớn. Nó cũng hiệu quả với bọn trẻ mới lớn: “Khi nào con đã thực sự nhớ được việc của mình (dậy đúng giờ, mang cốc uống nước từ phòng xuống bếp và đặt chúng vào máy rửa bát, gọi điện thông báo cho bố mẹ nếu con thay đổi kế hoạch giữa chừng) thì chúng ta sẽ vui vẻ (cân nhắc về việc lùi giờ giới nghiêm lại một chút, cho con nhiều tiền tiêu vặt hơn, cho con lái xe ra biển với bạn bè). Con sẽ phải cho bố mẹ thấy mình là người có trách nhiệm.”

Nếu không đạt được thành công, hậu quả thích đáng sẽ là gì? Chúng sẽ khác nhau với mỗi gia đình nhưng luôn bắt đầu từ cùng một điểm: ranh giới giữa quyền lợi và đặc quyền. Giống như trẻ nhỏ, trẻ vị thành niên có quyền được đối xử tôn trọng, ăn những thực phẩm tốt cho sức khỏe, có nhà ở, được mặc quần áo thoải mái,

kiểm tra sức khỏe, nha khoa và được tạo điều kiện tốt để học tập. Tất cả mọi thứ còn lại đều là đặc quyền. Và bạn có thể rút lại bất cứ đặc quyền nào cho đến khi chúng đáp ứng được tiêu chuẩn nhất định về cách cư xử. Một khi bạn đã đồng ý với sự khích lệ và tiêu chuẩn có thể đo đếm được với những hành vi được chấp nhận, hãy đảm bảo rằng bạn sẽ duy trì được cho đến khi kết thúc thỏa thuận. Nếu bọn trẻ giành được phần thưởng, hãy lập tức trao cho chúng mà không càu nhàu hay xét lại giới hạn. Nếu cách cư xử của bọn trẻ gây ra hậu quả, hãy đảm bảo rằng bạn sẽ xem xét nó thật kỹ. Khi bạn đã buộc bọn trẻ phải tuân theo tiêu chuẩn tối thiểu về sự tôn trọng trong gia đình, hãy nhớ điều này: Hành động quan trọng hơn niềm tin. Bạn không thể yêu cầu bọn trẻ tôn trọng, hay thậm chí là yêu thương bạn, bạn chỉ có thể yêu cầu chúng cư xử tôn trọng một cách hợp lý. Chúng cần phải luyện tập thái độ tôn trọng ở nhà vì chúng cần *luyện tập*.

Hãy chú ý: Mặc dù khi đọc thì việc áp dụng các nguyên tắc và hậu quả nghe có vẻ vô cùng đơn giản, nhưng nó luôn rối tinh trong cuộc sống thật. Nó nên như vậy. Con bạn vừa mới bước sang tuổi 12, 15 hoặc 17, còn bạn thì vừa mới trở thành cha mẹ của những đứa trẻ mới lớn. Hãy kỳ vọng rằng bạn sẽ đi đường vòng khi rèn luyện kỹ năng này. Hãy cùng tưởng tượng xem Nancy có thể cố gắng thực hiện một nguyên tắc mới trong gia đình như thế nào?

Nancy bảo Theo rằng cậu bé cần chịu trách nhiệm về thủ tục buổi sáng của mình và đề nghị cậu bé đưa ra một vài gợi ý. Cô giải thích rằng nếu cô lái xe đưa cậu bé đến trường và có thể đến nơi làm việc đúng giờ thì cô cần ra khỏi nhà vào lúc 8 giờ đúng. Cậu bé nói: “Được thôi, con sẽ dậy vào lúc 7h30’”.

“Nếu con không làm được thì sao?” Nancy hỏi.

“Nếu con ngủ nướng thì mẹ không cần phải đưa con đến trường nữa. Cứ để con đi xe bus và đi học muộn cũng được.”

Lời đề nghị này khiến Nancy khó chịu về nhiều thứ, như không kịp ăn bữa sáng và rất có khả năng cậu bé sẽ trễ giờ đến trường liên tục, nhưng cô quyết định không nhắc đến chúng. Thay vào đó,

cô nói: “Được thôi, nhưng mỗi lần đi học muộn con phải ở nhà vào buổi tối cuối tuần mà con định đi chơi.”

Ban đầu, kế hoạch này không hiệu quả vì không bên nào trung thành với thỏa thuận của họ. Buổi sáng đầu tiên - ngày thứ Tư, Nancy lén đến cửa phòng Theo vào lúc 7h40’ và gõ cửa. “Mẹ chỉ muốn đến xem con đã sẵn sàng chưa thôi, con yêu.” Theo cằn nhằn, lăn qua lăn lại và ngủ đến 8 giờ. Khi cậu bé xuống cầu thang, cô đưa cho cậu bé một chiếc bánh ngô kẹp pho mát để ăn trên ô tô. Họ phóng nhanh đến trường vừa kịp lúc chuông reo.

Tối hôm đó, sau khi đi làm về, Nancy ngồi với Theo để xem lại và cải thiện quy tắc của họ. Một lần nữa, cô lại hỏi xem cậu bé có đề xuất gì không.

Theo nói rằng: “Không vào phòng con có nghĩa là cũng không nói với con từ ngoài cửa. Không truyền đạt gì hết. Không gì cả. Con sẽ xuống trước 8 giờ. Con cần ngủ dậy muộn nhất có thể. Một khi đã xuống nhà, con sẽ không ăn bất cứ thứ gì nữa. Xe thức ăn sẽ ghé trường con khi con nghỉ giải lao lúc 10 giờ, nên lúc đó con có thể ăn tạm thứ gì đó. Không gì cả trước khi con đi học.”

Nó thật khó chịu, Nancy nghĩ. *Mình chỉ cố cứu lấy bản thân nó… và đỡ phải phí tiền mua đồ ăn ở trường trong khi nó có thể ăn ở nhà*. Nhưng một lần nữa, cô lại giấu kín suy nghĩ của mình. Cô nhận thấy Theo đang đề xuất rằng nó sẽ chịu toàn bộ trách nhiệm vào buổi sáng nếu cô không làm phiền nó.

Buổi sáng ngày hôm sau mang đến một bước ngoặt mới. Theo ngủ quên và Nancy ra khỏi nhà để đi làm mà không có Theo đi cùng. Theo gọi cho bạn cậu là Noah và đi nhờ xe. Đến ngày thứ Sáu cũng vậy. Nancy thấy xấu hổ vì có người khác vướng vào vấn đề của gia đình mình nhưng cô vẫn im lặng. Thứ Hai tuần sau, Theo ngủ dậy, quàng vào người chiếc áo phông và đi dép xỏ ngón (mặc dù dự báo thời tiết trời sẽ mưa và lạnh) và xuống nhà lúc 7h55’. Vào thứ Ba, cậu lại ngủ quên, ngay cả Noah cũng đã đến trường trước. Cậu bắt taxi (trả bằng tiền của chính mình), đến trường muộn và bị ghi vào hồ sơ “đi học muộn không có lý do”. Khi Nancy nhắc cậu hai lần

rằng cậu sẽ phải ở nhà vào tối thứ Sáu, cậu đưa ra một lời đề nghị rất hợp lý:

“Mẹ ơi nhưng đó là bữa tiệc của Noah. Mẹ cũng có thể đến và đi chơi với bố mẹ cậu ấy. Mẹ cũng quý họ mà và mẹ nên thường xuyên ra khỏi nhà hơn. Mai con sẽ ở nhà bù.”

Nhưng lời đề nghị đã không thành. “Một lần đi học muộn đồng nghĩa với việc con phải ở nhà khi con định đi chơi.”

Theo chấp nhận hậu quả này nhưng cậu yêu cầu bổ sung thêm một nguyên tắc vào danh sách vừa mới được phát triển. “Còn một điều nữa, nếu con phải ở nhà thì mẹ chỉ cần nói với con *một lần* thôi. Khi nào thì tùy mẹ. Nếu không thì mỗi khi mẹ mở miệng con đều cảm thấy như mẹ đang nói về buổi tối ngày thứ Sáu vậy. Nó còn tồi tệ hơn cả sự trừng phạt.”

Sau lần bỏ lỡ bữa tiệc của Noah đó, Theo còn đi muộn thêm ba lần nữa. Nhưng sau đó cậu bắt đầu có sự thay đổi đều đặn. Ngày nào Theo cũng sẵn sàng đến trường đúng giờ. Thi thoảng cậu còn thực sự trò chuyện với Nancy trong năm phút cuối trên xe. Dù chưa nhiều nhưng thời gian trò chuyện này là kết quả của sự trưởng thành đang lớn dần và cảm xúc tích cực của Theo với mẹ - người đã bình tĩnh hơn, bớt nhu nhược và phiền muộn hơn.

Tiền gửi ngân hàng

Bọn trẻ mới lớn sẽ dễ tiếp thu lời khuyên của bạn hơn nếu trong một lúc nào đó, chúng coi cha mẹ là đồng minh của mình. Hãy đầu tư vào bọn trẻ bằng cách thể hiện thiện chí với chúng. Sau đó, bạn có thể “rút tiền” trong tài khoản của mình khi bạn cần thiết lập những nguyên tắc nghiêm khắc, cổ lỗ, kỳ quái hay khó khăn về cách hành xử đúng mực.

Tôi được biết đến ý tưởng này lần đầu là từ Bob Ditter – một nhà tâm lý học ở khu vực Boston, người đã tư vấn cho những người quản lý và tư vấn viên ở các trại hè. Ông cũng áp dụng chúng với các bậc cha mẹ. Sau khi bọn trẻ đến trại hè, ông khuyên các tư vấn

viên nên gửi một e-mail ngắn gọn đến từng gia đình và nói với họ rằng chuyến đi trên xe bus chưa bao giờ vui đến thế và cho họ một chi tiết cụ thể nào đó về cá nhân đứa trẻ: “Tôi đã thích ngay khiếu hài hước của cậu bé… thật vui khi nụ cười rạng ngời của cô bé xuất hiện trong nhóm của chúng tôi… cậu bé rất nhiệt tình giúp đỡ các bạn chưa đóng gói hành lý xong… cậu bé đã tự hào cho tôi xem đôi chân vịt màu xanh của mình.” Ditter gọi những việc làm nhỏ này là “tiền gửi ngân hàng”. Nếu sau này các tư vấn viên buộc phải gọi điện cho phụ huynh về một vấn đề nào đó liên quan đến cách cư xử hoặc chuyện vi phạm quy định của bọn trẻ thì mối quan hệ giữa hai bên đã có sẵn sự thân thuộc và ân cần rồi.

Với bọn trẻ mới lớn – những người hoàn toàn có khả năng quên hết mọi điều tốt đẹp bạn từng làm cho chúng thì cách tiếp cận này sẽ không mang tính tiết kiệm hoàn hảo đúng nghĩa. Bọn trẻ sẽ không nói rằng: “Chà, tối nay con *thích* ra ngoài cùng bạn hơn là đi thăm ông cùng bố, nhưng vì bố thường đối xử rất lịch sự và tôn trọng con nên… làm sao con có thể nói không được?” Bọn trẻ không tính gộp thiện ý của bạn một cách có ý thức nhưng chúng có thể cảm nhận được nó và chúng thường có tác động – như việc đồng ý đến thăm ông hay giặt một đống quần áo và ít rên rỉ hơn mọi khi. Việc đối xử tốt với bọn trẻ còn có thêm những ích lợi khác. Chẳng hạn như các bậc cha mẹ dành thời gian đóng vai là những phụ huynh nghiêm khắc sẽ thấy thanh thản khi tốt với bọn trẻ. Gửi tiền vào ngân hàng thiện chí cũng dạy bọn trẻ rằng những người trưởng thành cư xử tử tế ngay cả khi người nhận có thể không hoàn toàn xứng đáng với nó.

Hãy tìm cơ hội nói “Ừ” với những yêu cầu của con. Đừng miễn cưỡng nói ra điều đó hay chỉ đồng ý khi chúng quấy rầy bạn đến mức khiến bạn kiệt sức. Hãy đồng ý với sự nhiệt tình và rộng lượng:

Chắc chắn rồi.

Bố hoàn toàn đồng ý.

Nghe có vẻ vui đấy.

Nếu con cần thì bố sẵn sàng chở con đi.

Mẹ rất vui lòng.

Đương nhiên rồi.

Bố rất sẵn lòng.

Con có cần thêm ít tiền cho tối nay không?

Một cách khác để đầu tư vào bọn trẻ là hãy tôn trọng khẩu vị đồ ăn của chúng, dù sở thích của chúng khiến bạn phát cáu. Nếu con bạn thông báo rằng nó sẽ không bao giờ ăn bất cứ thứ gì đi bằng bốn chân nữa, hãy mua bánh mì đen và mì căn[(6)] cho nó, dù bạn sẽ phải vứt một ít đi khi nó quay lại ăn hamburger vào tuần sau. Bạn chỉ tốn vài đô la nhưng đã đầu tư được sự tôn trọng. Hoặc nếu bạn và con mâu thuẫn với nhau vì bạn nghĩ rằng nó đang chơi với một đám bạn hư hỏng, với tinh thần "giữ kẻ thù ở gần", hãy mời cậu bạn nó thích nhất tới ăn tối. Có thể con bạn sẽ bớt thích cậu bạn đó hơn khi thằng bé đánh giá lại nó thông qua con mắt của bạn. Hoặc có thể bạn sẽ thấy "thằng bé hư" đó giống một đứa ẩm ương hơn là một kẻ du côn. Tuy vậy thì thay đổi quan niệm chính là cốt lõi trong chuyện này, điều quan trọng nhất là bạn sẵn lòng kéo bạn của con về nhà và tìm hiểu chúng. Hay hãy thử cho bọn trẻ thứ chúng thật sự muốn trong ngày sinh nhật. Điều này dường như rất tự nhiên và bản năng khi chúng còn nhỏ. Nhưng khi bọn trẻ hay gắt gỏng, dễ thay đổi và hỗn láo thì bạn rất dễ bị xúc phạm và muốn trừng phạt chúng, bạn trở nên chua ngoa hoặc không còn muốn chu đáo với chúng nữa. Vậy nên sau cả một năm dài, khi chúng nhắc đến những thứ chúng muốn sở hữu, những nơi chúng muốn đến, những trải nghiệm chúng muốn có, hãy viết tất cả ra. Nếu ổ cứng trong tâm trí bạn đã quá tải, hãy viết ra giấy. Và nếu ngân sách cho phép, hãy khiến chúng chìm trong sự hào phóng mà chúng không xứng đáng được nhận. Còn nếu bạn có ít tiền, hãy chọn cuốn tạp chí chúng thích nhất hay chỉ đơn giản là lọ gel vuốt tóc để dành tặng chúng.

Sự thiêng liêng của cách hành xử

Bạn đã biết những lý do thực tế khiến con bạn cần biết cách cư xử cho tốt và tôn trọng người khác. Khi giáo viên của con trai bạn đang nghĩ về chuyện nên mời sinh viên nào tham gia vào nhóm nghiên cứu, hay khi con bạn đi phỏng vấn xin việc lần đầu tiên, hay khi được mời cùng nghỉ cuối tuần với bố mẹ của cô gái trẻ mà nó muốn lấy làm vợ, bạn muốn nó là người được chọn. Nếu không biết cách cư xử, nó sẽ không được người khác quý mến, dù điểm trung bình trong học bạ của nó có cao đến đâu đi chăng nữa. Chính cách cư xử đã khiến bánh xe xã hội được vận hành trơn tru.

Nhưng việc tôn trọng người khác vượt lên trên quan niệm sai lầm rằng "Tôi sẽ tốt với anh nếu anh cũng tốt với tôi". Nó là con đường dẫn đến sự vượt trội. Các rabbi dạy chúng ta rằng mặc dù chúng ta có thể sẽ không được đến gần Chúa với tư cách cá nhân như một vài nhân vật trong Kinh Thánh nhưng chúng ta có thể học cách biết đến Chúa thông qua hành động của mình - bằng cách là hiện thân của Chúa, bằng cách hành động trong dáng hình của Chúa. Chẳng hạn Chúa đã an ủi Issac[(7)] khi Abraham[(8)] qua đời, vậy nên nếu chúng ta cư xử tử tế với những người bạn đang buồn hay đau ốm trên tinh thần rằng đây là việc mà Chúa sẽ làm, chỉ riêng hành động thăm hỏi đã hiển nhiên mang tính chất tinh thần rồi. Nó trói buộc chúng ta vào truyền thống và đồng loại của mình. Nó tạo ra cảm giác Chúa đang ở rất gần chúng ta.

Ý tưởng này có thể là một nguồn an ủi sâu sắc với các bậc cha mẹ. Chứng kiến bọn trẻ đi xa khỏi bạn thực sự rất đau đớn. Nhưng khi bạn dẫn đường cho con mình với tinh thần tôn trọng sự phát triển theo giai đoạn và tinh thần của riêng chúng, bạn đang được đi trên một con đường thiêng liêng.

Sự may mắn của điểm B trừ: Bài tập về nhà, việc nhà và việc làm

Khi đến kỳ nghỉ thu[(1)] trong năm học thứ nhất của một trường đại học danh tiếng, cậu con trai nhà hàng xóm của tôi nhồi nhét mọi thứ cậu đã mặc từ khi đến trường vào cuối tháng Tám – mà khéo phải mất đến hai tháng mới giặt xong – vào ba chiếc va li to quá khổ; cậu đã phải trả thêm 150 đô la khi làm thủ tục hành lý ở sân bay và bay về nhà bố mẹ mình.

Khi Josh đặt một núi quần jean, áo phông, áo sơ mi và tất bốc mùi vào phòng để đồ và tìm đường vào bếp, mẹ cậu vô cùng kinh ngạc và cất tiếng hỏi: “Con đã nghĩ cái quái gì thế hả?”

Cậu vừa mở tủ lạnh vừa trả lời: “Mẹ, con có lúc nào để giặt quần áo cơ chứ? Con còn phải học và thêm điều này nữa, con còn biết bao nhiêu việc ở Tổ chức sinh viên Do Thái Hillel.”

Nhìn chung thì Josh là một chàng trai trẻ tốt bụng, có trách nhiệm và không hay có thói quen lợi dụng mẹ mình. Nhưng từ hồi phổ thông, bố mẹ đã không bắt cậu phải làm việc nhà để cậu có thể toàn tâm toàn sức học hành và tham gia các hoạt động ngoại khóa. Giờ đây, khi lên đại học, Josh lạc quan rằng điều đó vẫn không thay đổi – rằng việc học hành và những chuyện liên quan đến tôn giáo cho cậu quyền không phải giặt quần áo. Trong lòng, Josh nghĩ rằng việc giặt tất không dành cho người tài năng như mình.

Chúng ta rất dễ có xu hướng bảo vệ con cái khỏi những việc nhà cực nhọc và tẻ nhạt. Bọn trẻ phải thức khuya đến nửa đêm để viết luận về thị trường tự do ở những hội phường thời trung cổ, sau đó chúng lại phải dậy lúc 6h sáng để tập bơi, rồi chúng lại ở trên

trường suốt cả ngày. Thêm nữa, chúng rất hay cáu kỉnh. Nhắc chúng lau cửa sổ chẳng khác gì tự chuốc lấy một cuộc chiến trong khi bạn đã quá mệt mỏi với việc phải tham chiến rồi.

Nhưng nếu bạn miễn cho con những trách nhiệm hàng ngày như giặt quần áo, bạn đang dạy con mình rằng có hai kiểu công việc: cao quý và tầm thường. Theo quan điểm méo mó này, những công việc cao quý bao gồm: học hành, tập thể thao, tập chơi nhạc cụ hay phụ đạo cho những đứa trẻ ở một nước thuộc thế giới thứ ba. Nó khiến một đứa trẻ mới lớn hoàn thiện hơn, có tầm vóc thế giới hơn và… trông hấp dẫn hơn với hội đồng xét tuyển ở trường đại học. Loại công việc thứ hai - rất nhiều trẻ tin rằng chúng thật tầm thường và không xứng với mình - đó là những công việc bình thường: hiểu được tất cả những bài tập về nhà thầy cô giao và nộp bài đúng hạn, nhớ mang những dụng cụ cần thiết để tập thể thao, tự động thay cuộn giấy vệ sinh khi nó sắp hết chứ không để việc đó cho người dùng sau, biết rõ trong thẻ ghi nợ của mình còn bao nhiêu tiền ngay cả trong mùa lễ hội ở trường, đổ xăng cho chiếc ô tô của cả gia đình và nhìn chung là giữ toàn bộ cuộc sống của mình luôn trôi chảy và nhịp nhàng. Đó đều là những công việc thường ngày, đúng là đôi khi nó chán ngắt nhưng lại vô cùng quan trọng. Hầu hết mọi thứ trong cuộc sống là quá trình bảo dưỡng và tu sửa. Khi cha mẹ để con mình tin rằng chúng đặc biệt đến mức không phải làm những công việc bình thường, họ đang nuôi dạy nên những "công chúa/ hoàng tử khuyết tật" – những người trẻ học hành giỏi giang và đầy sức thuyết phục nhưng lại không biết giặt quần áo hay đọc hóa đơn của một chiếc thẻ tín dụng.

Vậy nên mặc dù có những thành tích tuyệt vời trong học tập nhưng những công chúa và hoàng tử này sẽ gặp rắc rối khi bước vào giai đoạn tiếp theo trong cuộc đời mình. Bản thân công việc giặt quần áo đúng là rất quan trọng, nhưng nó còn là phép ẩn dụ cho khả năng tự lập cần thiết khi đối mặt với những thách thức khác của cuộc sống độc lập: cách xử trí trước một người bạn cùng phòng khó tính, ước chừng uống bao nhiêu rượu, khi nào và với ai, ăn bao nhiêu, ngủ đến chừng nào, tiêu tiền như thế nào, lên kế hoạch cho cả công việc và việc học ra sao. Các công chúa/ hoàng tử không có

sức kháng cự với những tiểu tiết này. Chúng vừa phải chịu đựng sự cô đơn (bởi chúng tin rằng mình đặc biệt đến mức không cần hợp tác với người khác) và sự lo lắng (bởi chúng cảm thấy mình quá yếu đuối để đối mặt với cuộc sống thường ngày).

Bọn trẻ mới lớn sẽ bình tĩnh và có trách nhiệm hơn khi chúng học và làm những công việc thường ngày. Nhưng chúng sẽ không khó chịu khi thử làm những việc đó nếu chúng ta - bố mẹ chúng - xóa bỏ đi sự phân biệt sai lầm giữa những việc đáng làm và không đáng làm.

Chúa nằm trong những điều nhỏ nhất

Rabbi Avi Weiss của Học viện Do Thái Riverdale ở New York kể lại câu chuyện này:

> *Vài năm trước, một cặp vợ chồng xuất hiện trước mặt Rabbi Gifter, người đứng đầu trường Telshe Yeshiva[(2)] và nhờ ông phân xử giúp họ một cuộc tranh cãi trong gia đình. Người chồng –thành viên của một chương trình học Ngũ kinh Torah cả ngày của Rabbi Gifter – thấy việc đổ rác không xứng với phẩm cách của một người đã học Ngũ kinh Torah. Vợ anh lại không nghĩ như vậy. Rabbi Gifter kết luận rằng dù trên thực tế người chồng nên giúp vợ mình nhưng ông không có nghĩa vụ về tôn giáo hay luật pháp để gạt bỏ sự từ chối của anh.*
>
> *Sáng hôm sau, trước khi bắt đầu những công việc vào buổi sáng, Rabbi Gifter gõ cửa nhà của cặp vợ chồng trẻ. Giật mình, người đàn ông mời ông vào nhà. Không, Rabbi Gifter trả lời, tôi không đến chơi mà đến đổ rác giúp cậu. Có thể cậu tin rằng nó không xứng với phẩm cách của mình nhưng nó hoàn toàn xứng với phẩm cách của tôi.*

Tại sao một rabbi lại tốn công sức đến vậy để minh họa cho tầm quan trọng của những công việc tầm thường? Vì, như tôi đã miêu tả trong Chương 3, đạo Do Thái là tôn giáo coi trọng hành động hơn cả

tín điều. Những hành động đúng đắn - như giúp đỡ gia đình bằng việc đổ rác – quan trọng hơn việc có niềm tin đúng đắn. Trong một câu chuyện nổi tiếng khác, ngài Baal Shem Tov[(3)]– người sáng lập nên phong trào Hasidic – đã mang những chiếc cốc uống cà phê bẩn của một rabbi khác đi rửa. Khi được hỏi về hành động này, ông trả lời rằng việc rửa chén bát là trách nhiệm của các linh mục có địa vị trong Ngày Đền tội[(4)]. Trong những câu chuyện này cùng vô số những câu chuyện – bài học khác, làm việc nhà chính là sự kết nối trực tiếp với Chúa.

Nếu có thể bớt tập trung vào những hành động lớn, gây chú ý và làm thỏa mãn cái tôi trong cuộc sống này, chúng ta có thể dễ dàng thấy được sự thiêng liêng trong những công việc thường ngày. Khi nhổ cỏ trong vườn và bảo dưỡng các thiết bị trong gia đình, chúng ta đang tạo ra trật tự. Khi xếp bàn ăn theo chuẩn mực, với khăn ăn được gấp cẩn thận, khi phục vụ những món ăn được chuẩn bị kỹ lưỡng và sau đó quét gọn những mảnh vụn thức ăn rơi trên sàn nhà, chúng ta đang nâng cao tinh thần giao thiệp. Nhà thần học hiện đại, nhà tâm lý học theo trường phái tâm lý học Carl Jung[(5)], Lawrence Corey[(6)] đã chỉ ra rằng chúng ta có thể tìm thấy một chút thiêng liêng khi "gọt bút chì, cắn quả hạch, cọ chuồng mèo, [và] nuôi thú cưng". Theo quan điểm này, Chúa thực sự hiện hữu trong những công việc nhỏ nhặt nhất. Việc đi đổ rác cũng không kém phần thiêng liêng so với việc tìm ra liệu pháp chữa bệnh ung thư hay nhảy xuống sông cứu ai đó đang sắp chết đuối. Nó cũng thiêng liêng như việc tạo nên những học sinh xuất sắc vậy.

Vẫn chưa quá muộn để dạy con bạn làm những công việc thường ngày

Nếu bạn có một đứa con hầu như không để ý đến tác động lớn lao của những công việc thường ngày, bởi nó *chưa từng* đi đổ rác. Đừng vội mất hy vọng. Giờ vẫn chưa phải quá muộn để dạy nó về giá trị của công việc tưởng chừng như đơn giản ấy.

Hãy bắt đầu bằng cách đừng nhắc đến bất kỳ từ nào về ý nghĩa thiêng liêng của việc nhà với con bạn. Nếu bạn chia sẻ với con về

sự hiểu biết tôn giáo của mình, con bạn có thể sẽ không để ý hoặc quan tâm đến bạn. Tất cả những lý do khiến bạn tin tưởng rằng những công việc thường ngày là tốt cho con mình. Sự thay đổi trong thái độ của bạn – trong nhận thức và sự kiên quyết – cũng sẽ dẫn đến sự thay đổi trong cách cư xử của bọn trẻ, dù con bạn có bướng bỉnh và cố chấp đến đâu đi chăng nữa. Là cha mẹ, chúng ta không thể bắt bọn trẻ phải yêu những công việc hàng ngày nhàm chán được. Điều đúng đắn tuyệt đối - như các rabbi nói với chúng ta - là hành động quan trọng hơn niềm tin. Nhưng là cha mẹ, chúng ta có thể vận dụng trách nhiệm của chính mình cùng một số kiến thức về sự phát triển của thời kỳ mới lớn để hướng dẫn bọn trẻ vượt qua ba lĩnh vực vô cùng quan trọng trong công việc thường ngày: giải quyết bài tập về nhà, việc nhà và những công việc được trả công.

Giảm bớt sự căng thẳng của việc làm bài tập về nhà

Ở trường cấp một, bọn trẻ đã quen với việc đi học và có bài tập về nhà. Trong một tình huống gia đình lý tưởng, cha mẹ sẽ buộc con phải tuân theo các quy tắc liên quan đến bài tập về nhà (chẳng hạn như “không được xem ti vi cho đến khi làm bài tập xong”) và bọn trẻ thường làm xong bài tập về nhà mà gần như không cần đến sự giúp đỡ của bố mẹ. Nhưng khi lên cấp hai, lượng bài tập về nhà tăng lên theo cấp số nhân và áp lực về việc phải làm tốt các bài kiểm tra và các kỳ thi vấn đáp cũng vậy. Về mặt này, việc học có thể trở thành một công việc “cao quý”. Khi điều này xảy ra, các vai trò trong gia đình sẽ bị đặt sai chỗ. Bố mẹ muốn con học, học và học trong khi cha mẹ đóng tất cả các vai trò: cố vấn viên, người gác cửa và cảnh sát mật:

> *Con nói gì cơ, ngày mai con có bài kiểm tra tiếng Tây Ban Nha sao? Con biết điều đó bao lâu rồi? Tại sao con không nói với mẹ? Mẹ sẽ mang bữa tối lên cho con trong khi con đọc sách.*

Hay:

Bố tìm thấy danh sách bài tập về nhà trong tuần bị vò nát ở dưới đáy ba lô của con. Con có để ý thấy con phải nộp bài luận môn Lịch sử vào thứ Sáu không? Con hãy nhìn vào đây và bố sẽ cho con thấy kế hoạch tác chiến bố vừa vạch ra. Hôm nay bố sẽ lái xe đưa con đến thư viện để con nghiên cứu và ngày mai con sẽ cho bố xem đề cương con viết. Thứ Tư con sẽ viết nháp bài luận và chúng ta sẽ dành ngày thứ Năm để bố có thể sửa cho con.

Hãy lùi lại. Hãy đặt khay đồ ăn xuống và tránh đường khỏi kế hoạch của bọn trẻ. Khi quá coi trọng việc học ở trường và tin rằng con bạn cần đến sự can thiệp có sức ảnh hưởng lớn của mình, bạn đang bỏ lỡ vấn đề đấy. Mục đích của bài tập về nhà không phải là mang vinh quang về cho gia đình dưới dạng những điểm số hoàn hảo. Nó là một công việc thường ngày, một công việc sẽ ít dạy con bạn về phương trình bậc hai hay Phòng tuyến Maginot[(7)] mà về những khả năng nhận thức được gọi là chức năng nhận thức: lên kế hoạch, ưu tiên việc nào trước, trì hoãn niềm vui và chấp nhận thất bại. Các chức năng nhận thức có thể nghe không hay ho cho lắm nhưng nếu không có chúng, con người không thể đặt ra mục tiêu và đạt được chúng.

Điều này làm tôi nhớ lại Shawn (không hẳn là một cậu chàng nào đó mà là một hình ảnh được ghép lại bởi khá nhiều cậu bé tôi biết, câu chuyện của cậu bé sẽ cho bạn thấy nét độc đáo trong quá trình suy nghĩ của một đứa trẻ mới lớn điển hình) và bài luận môn Khoa học khi cậu học lớp Tám - đó là bài luận mà giáo viên muốn cậu phải tự nghiên cứu, viết, xem lại rồi lại đọc và sửa một mình. Là bài luận mà bố mẹ cậu không tin rằng cậu có thể hoàn thiện tốt nếu không có sự giám sát nhiệt tình của họ. Nhưng hãy cùng xem chuyện gì xảy ra khi bố mẹ không đối xử với cậu như một “hoàng tử tật nguyền”, khi họ để cậu đi theo con đường quanh co, có thể dự đoán trước của việc học hành: cảm hứng, kháng cự, ý kiến phản hồi và tự tin.

Cảm hứng

Mình nghĩ là có một tờ giấy nhỏ ở dưới đáy ba lô của mình. Hmm, nó gắn liền với chuyện gì ấy nhỉ? À đúng rồi, đó là bài tập về nhà mà cô Cross đã giao cho bọn mình. Để xem nào… từ hai tuần trước à. Chà, đến thứ Tư này là phải nộp rồi. Nghĩa là mình chỉ có hôm nay và ngày mai để làm xong nó. "Hãy đối chiếu và so sánh giữa mô hình Nhật tâm[(8)] và mô hình Địa tâm[(9)]." Được thôi, mình ổn. Mình biết về thiên văn học mà. Vụ nổ lớn, những lỗ đen vũ trụ, tinh vân Tarantula[(10)]. Mình vốn yêu thích những thứ này. Khi mình học lớp bốn mình đã luôn vẽ những bức tranh sao chổi đâm vào Trái đất. Mình dám cá là mình đã vẽ cả trăm bức. Có thể mình sẽ vẽ minh họa lên bìa bài luận của mình. Tuyệt vời.

Nhớ lại sự yêu thích mình từng dành cho những mảnh vụn sáng lấp lánh ngoài không gian, Shawn đã bật ra được tia cảm hứng sáng tạo đầu tiên. Cảm hứng là chuyện cá nhân, bạn không thể mang đến cho bọn trẻ điều đó. Nếu bố mẹ Shawn đứng trong phòng cùng cậu ("Được rồi Shawn, chúng ta cùng bắt đầu nào. Con muốn viết về điều gì? Các ngôi sao thì sao? Con từng rất thích chúng mà, con nhớ không?"), họ có thể dễ dàng khiến cậu mất hứng thú với chủ đề này.

Kháng cự

Theo sau cảm hứng luôn luôn là kháng cự, bản thân sự kháng cự có thể có rất nhiều hình thức khác nhau: buồn tẻ, một cảm giác thất bại, tự nghi ngờ bản thân, oán giận, quá tải, bối rối, đói, khát, mệt mỏi, cô đơn, ngứa ngáy chân tay, bỗng dưng có nhu cầu khẩn cấp học một hợp âm guitar mới. Hãy cùng viếng thăm sâu hơn quá trình tư duy của Shawn:

Cái gì thế này? "Không được tra cứu bất cứ nguồn thông tin trên mạng nào cho bài luận này." Kệ, dù sao mình cũng sẽ lén xem

trên Wikipedia[(11)]. Chẳng tổn hại đến ai cả. Đây là cuốn sách được kể tên ở cuối bài viết về mô hình Địa tâm: Kẻ mộng du: Lịch sử quá trình con người thay đổi cách nhìn về vũ trụ (The Sleepwalker: A history of man's changing vision of the universe) của Arthur Koestler[(12)], 1959. Trời ạ, nghe có vẻ kinh điển đây. Mình chắc là nó có trong thư viện trường. Đúng vậy. Thế nên mình sẽ không phải đến thư viện, được không nhỉ? Còn cái gì nữa đây? "Hãy cẩn thận dùng đúng hệ thống chấm câu và viết tất cả các chú thích theo phong cách của Hiệp hội Ngôn ngữ hiện đại[(13)]. Ôi trời ơi mình buồn ngủ quá. Rất buồn ngủ.

Được rồi, giờ mình sẽ viết một bài luận từ những gì mình đã ghi chép trên lớp. Có thể mình nên kiểm tra lại chính tả và sửa hết lỗi. Hay là in nó ra và đọc trên giấy nhỉ? Tại sao cái máy in không in được mà cứ nhấp nháy thế nhỉ? Có thể nó sẽ hoạt động lại nếu mình xuống dưới nhà và uống thứ gì đó. Hoặc nghỉ giải lao một chút bằng cách xem ti vi. Đang có chương trình gì thế nhỉ? Ôi lạy Chúa, mình không thể tin nổi. Là Thảm họa hủy diệt[(14)]. Thật tuyệt vời. Mình thực sự phải xem nó vì đó là bộ phim về một ngôi sao mà. Mình sẽ hoàn thành bài luận vào ngày mai. Chỉ cần mình thức thật khuya là được. Như thế mình sẽ có nhiều năng lượng hơn. Hoặc có thể cô Cross sẽ nói thêm về bài luận trên lớp vào ngày mai và cô sẽ giải thích nhiều thứ. Như thế sẽ dễ dàng hơn. Tốt rồi, hôm nay chỉ đến đây thôi.

Sự kháng cự tự nhiên này là lý do vì sao tài năng chưa bao giờ là điều kiện đủ trong nghệ thuật. Một trong những ích lợi sâu sắc nhất của việc làm bài tập về nhà là học cách vượt qua sự kháng cự, học cách giữ cho động cơ vẫn tiếp tục hoạt động sau khi cảm hứng hay sự thích thú ban đầu qua đi. Và học cách tự mình làm điều đó.

Phản hồi

Nếu bạn - cha mẹ - để Shawn mắc sai lầm đầu tiên của mình, cuộc sống sẽ là bài học cho cậu. Đó là những bài học Shawn đã rút ra giữa việc thèm một thanh kẹo và chịu trách nhiệm về một bài luận

được hoàn thành vội vàng, với những chú thích không phù hợp (cuốn sách của Koestler không có trong thư viện) và cậu đã phải nhận điểm B trừ gây thất vọng (một điểm số mà - trong kỷ nguyên mọi thứ được thổi phồng - rất nhiều bậc cha mẹ cho là không thể chấp nhận được).

Các nhà tâm lý học gọi điều đó là hậu quả tất yếu. Khi bạn kháng cự lại được việc hành động giống như gia sư hay trợ lý riêng của con, thế giới thật sẽ bước vào giúp đỡ. Từ quan điểm này, kết quả xấu lại là điều tốt. Ý nghĩa của những điểm số do nộp bài muộn, hay điểm thấp hơn do làm vội, cẩu thả hay sơ sài là vô giá. Con bạn nhận được cơ chế phản hồi tự nhiên của việc nỗ lực liên quan đến kết quả ra sao.

Việc can thiệp vào vòng quay phản hồi tự nhiên này là một trong những lý do khiến giáo viên cảm thấy nản chí khi bố mẹ quản lý việc làm bài tập về nhà của con. Khi bố mẹ nôn nóng kiểm soát thái quá kế hoạch làm bài tập về nhà, hay khi bố mẹ đọc và sửa bài tập về nhà cho con, bọn trẻ sẽ không có cơ hội học được về mối quan hệ nhiều sắc thái giữa nỗ lực và kết quả của mình. ("Ôi, nếu mình không viết luận mà đi xem phim thì kết quả bài luận của mình sẽ không được tốt lắm.") Giáo viên cũng sẽ thiếu thông tin họ cần để thay đổi chương trình giảng dạy so với nhu cầu của học sinh bằng cách tìm ra bọn trẻ cần được giúp đỡ chung và riêng ở đâu. ("Có vẻ như mình cần dành thời gian trên lớp cho nghệ thuật viết mở bài.")

Khi con bạn mới bước vào giai đoạn kháng cự, nếu bạn can thiệp vào, bạn đã vô tình gửi đi cho chúng những thông điệp sau:

- *Con bạn không làm được việc này* (không, con bạn chỉ chưa quen với việc này thôi, cậu bé chưa từng phải viết bài luận nào về khoa học cả)
- *Nó quá nhiều với thằng bé* (không, nó không hề nhiều, cậu bé đủ khả năng và trí thông minh cho việc này)

- *Việc làm tốt tất cả các bài tập về nhà vô cùng quan trọng với nó – rốt cuộc thì chỉ còn một năm nữa là nó tốt nghiệp phổ thông và học bạ của nó sẽ không thể thay đổi được nữa – chúng ta chẳng còn cơ hội nào nữa cả* (không, đây chỉ là một trong rất nhiều các bài luận thôi).

Khi giúp chúng những việc dễ giải quyết nhưng thường là không dễ chịu và tẻ nhạt, chúng ta vô thức gửi đi thông điệp rằng bọn trẻ không có khả năng làm những công việc đó.

Liệu điều này có nghĩa rằng bạn nên ngồi xuống và xem chúng thất bại? Đôi khi bạn nên làm thế. Tuy bạn không nên xử lý bài tập về nhà giúp bọn trẻ nhưng bạn nên giúp chúng chấm dứt ngay thái độ trì hoãn. Một vài đứa trẻ thấy chuyện làm bài tập về nhà là sự tra tấn đầy nhàm chán và chúng khiến việc đó trở nên tồi tệ hơn bằng cách kéo dài nó ra. Bạn có thể dạy chúng về sự khôn ngoan trong câu nói cổ xưa "Cách duy nhất thoát ra được bên ngoài là đi xuyên qua nó". Những đứa trẻ khác trì hoãn việc làm bài tập vì chúng gặp khó khăn trong việc bắt đầu hoặc chúng bị choáng ngợp vì quy mô của bài tập. Bằng cách chủ động lắng nghe, bạn có thể hỗ trợ con mình mà không nuốt chửng chúng; thay vì xâm phạm hay giải quyết vấn đề, bạn có thể hướng dẫn chúng với sự tôn trọng. Nếu con gặp khó khăn khi bắt đầu viết bài luận, bạn có thể hỏi chúng về những trở ngại chúng đang phải đối mặt:

"Mẹ thấy con đang mệt mỏi vì bài tập chất đống vào các tối thứ Sáu. Con nghĩ điều gì có thể giúp được con không?"

"Chà, con nghĩ nhà trường đã phát cho bọn con những kế hoạch bài tập về nhà từ đầu năm học rồi. Nhưng chỉ có Danielle Greenberg sử dụng chúng, và mẹ biết bạn ấy thế nào rồi đấy… Con đoán là con có thể thử viết bài tập về nhà của mình vào đó. Nếu con nhớ ra."

Hay:

"Trông con như đang bị choáng ấy. Con đang nghĩ gì thế?"

"Mỗi khi con ngồi học, con đều có cảm giác là thậm chí mình không biết phải bắt đầu từ đâu."

"Ừ, bố cũng luôn có cảm giác đó khi phải viết các bản trình bày. Phần mở đầu bao giờ cũng là khó nhất với bố. Con đã bao giờ nói về điều này trên lớp chưa?"

"Cô Michaels nói rằng mọi người đều gặp khó khăn khi viết phần đầu. Cô cũng nói rằng có một số người thích viết phần thân bài của bài luận trước và sau đó mới viết phần mở bài."

"Có vẻ đó là một ý hay đấy."

Bằng việc loại bỏ các chướng ngại vật, bạn cũng có thể giúp con mình vượt qua việc làm bài tập về nhà. Với bọn trẻ mới lớn, công nghệ chính là một rào cản lớn trên con đường có được những nỗ lực tập trung. Một chiếc máy tính có mọi thứ mà một người trẻ tuổi dễ mất tập trung thích: âm nhạc, các cuộc chuyện trò trên mạng, Facebook, thư điện tử và những chuyến dạo chơi trên You Tube. Mặc dù mọi đứa trẻ tự trọng đều tuyên bố rằng mình là một chuyên gia có thể làm được nhiều việc cùng một lúc thì tiếng kêu lách tách, lách tách, lách tách của những tin nhắn nhanh cũng hấp dẫn hơn nhiều việc lựa chọn câu chủ đề cho một bài luận Tiếng Anh. Nếu con bạn đang phải vật lộn với việc hoàn thành bài tập về nhà thì hãy nhớ rằng đó là công việc thường ngày của nó. Có thể bạn sẽ cần để điện thoại di động của con bé ở bên ngoài hoặc ngắt kết nối không dây đến chiếc máy tính xách tay của nó cho đến khi nó làm xong hết bài tập. Các mối quan hệ xã hội cũ kỹ giữa người với người cũng là một chướng ngại vật phổ biến. Khi mọi thứ chất đống lại, hãy cho phép con bạn ra ngoài chơi cùng bạn bè… sau khi nó đã hoàn thành mọi thứ.

Tự tin

Hai tháng sau. Shawn đang làm bài luận thứ 4 của môn Khoa học về Trái đất. Đây là chân dung của một cậu bé không phải là “hoàng tử tật nguyền”. Điều này cũng có thể xảy ra trong ngôi nhà của bạn:

(Cậu bé đang kiểm tra kế hoạch trong tuần của mình). *Sắp phải nộp bài luận rồi. Tối nay mình nên hỏi mẹ xem thứ Ba mẹ có thể tới trường đón mình muộn hơn được không, để mình có thể vào thư viện nghiên cứu và tìm hiểu về các nguồn sách tham khảo. Sau đó mình sẽ viết bài luận vào thứ Tư. Mình sẽ cần phải mượn lại cuốn sách dạy viết luận từ Sam để có thể đọc nó ở nhà. Mình sẽ viết bản nháp cuối vào ngày thứ Năm sau khi ôn tập cho bài kiểm tra Toán… mọi chuyện sẽ tốt đẹp cả thôi.*

Việc nhà: chương trình giảng dạy của cuộc sống

Dù việc làm bài tập về nhà có tốn nhiều thời gian thì cũng đừng để nó ngăn cản bạn không giao việc nhà cho bọn trẻ. Chiến thắng sự mâu thuẫn trong tư tưởng của bạn về việc này sẽ thực sự là một thách thức. Đúng vậy, con bạn phải học hành, diễn tập và rèn luyện rất nhiều. Chắc chắn là bọn trẻ xứng đáng có một cuộc sống giao thiệp rộng. Và đúng vậy, tất cả chúng ta đều bận rộn và chúng ta tự làm mọi thứ sẽ đơn giản hơn là chờ đợi đứa con mới lớn chậm chạp, cẩu thả và lơ đễnh làm chúng. Nhưng những công việc nhà như thế chính là chương trình giảng dạy của cuộc sống. Và không hề tốn một xu học phí.

Những công việc như học cách giặt quần áo, dọn dẹp tầng hầm và chăm sóc thú cưng là bài học đòi hỏi sức khỏe nhiều hơn bất cứ khóa học chuẩn bị cho kỳ thi SAT nào. Theo kinh nghiệm của tôi, các công việc nhà khiến việc học ở trường của bọn trẻ tốt hơn vì chúng dạy bọn trẻ cách sắp xếp thời gian và làm việc sao cho hợp lý. Các công việc nhà cũng đặt nền tảng cho cả cuộc đời sau này của chúng nữa. Những người trẻ tuổi có các kỹ năng làm việc nhà biết cách tự lo liệu cho bản thân mình. Chúng có thể giúp dọn dẹp sau một buổi tiệc tùng ở trường đại học, rửa bát đĩa khi đến thăm nhà một người bạn gái, chúng góp phần tạo nên một căn phòng chung trong ký túc xá hay một ngôi nhà với môi trường sống dễ

chịu. Chúng biết cách giúp đỡ mọi người mà không cần ai bảo hay yêu cầu. Chúng không bị hư hỏng bởi niềm tin đáng buồn rằng chỉ những người kém tài giỏi hoặc không có gì nổi trội mới phải làm những công việc lặt vặt trong cuộc sống hàng ngày. Và bởi chúng có những kỹ năng và sẵn sàng để bắt tay vào làm việc, mọi người luôn thấy chúng là những người tốt bụng, đáng tôn trọng và lôi cuốn.

Nếu con bạn chưa được giao việc nhà, hãy viết ra một danh sách những công việc phải làm trong nhà hàng tuần, hàng tháng và theo mùa. Sau đó hãy tổ chức một cuộc họp gia đình để phân công chúng làm. Mặc dù gia đình bạn không phải là một "xã hội dân chủ" nhưng "cổ phiếu" của con bạn sẽ lớn hơn nếu nó có tiếng nói trong những công việc nhà thuộc trách nhiệm của mình. Hãy để bọn trẻ chọn một vài công việc chúng thực sự thích… hoặc ít khó chịu nhất. Một trong các con gái tôi rất thích sử dụng chiếc máy giặt ngoài hành lang trong khi đứa còn lại thì thích phân loại và vứt bỏ quần áo và các đồ dùng trong bếp. Nếu con bạn chẳng thích công việc nào, hãy giao việc dựa vào tài năng và tính khí của chúng. Nếu con bạn là một người đi mua hàng giỏi, hãy đưa cho nó một danh sách những thứ hàng tạp hóa cần mua và thả nó vào siêu thị. Nếu nó hiếu động và thích độ cao, hãy bảo nó lau rửa ống đưa nước mưa từ máng xối trên mái nhà xuống đất. Hãy nhớ rằng vấn đề cốt lõi của các công việc lặt vặt là giảm nhẹ gánh nặng trong gia đình và dạy dỗ - chứ không phải hành hạ bọn trẻ. Mặc dù các công việc này có thể là hậu quả do cách cư xử không tốt gây ra nhưng đừng sử dụng chúng như một hình thức trừng phạt những tính cách bạn không thích ở bọn trẻ. ("Con không biết cách sắp xếp bàn học của mình à? Chà, chúc mừng quý ngài, ngài sẽ phải sắp xếp lại toàn bộ ga-ra. *Công việc đó* sẽ dạy ngài một bài học!") Sau đó bạn sẽ phải làm cho đến cùng. Việc đảm bảo rằng bọn trẻ sẽ làm việc nhà là một trách nhiệm buồn tẻ nhưng cần thiết của chính bạn.

Kỹ thuật xếp bát đĩa vào máy rửa bát

Tôi biết, tôi rất dễ lên mặt nói về chuyện dạy bọn trẻ có ý thức làm việc nhà khi tôi không sống cùng chúng. Có thể con trai bạn sẽ tình nguyện phụ trách cái máy rửa bát nhưng nó sẽ xếp bát đĩa vô cùng

cẩu thả: cốc uống rượu xếp lên trên nồi, bát trộn salad (rất dễ rửa trong bồn rửa bát) ở đáy giá – chiếm một chỗ có thể chứa được cả tá đĩa, nước sốt cà chua phủ đầy những đồ bằng bạc nên toàn bộ đồ bên trong đều bốc mùi khi bạn mở cửa máy để cho thêm những chiếc cốc uống nước bạn thấy rải rác trong các phòng.

Bạn sẽ có phản ứng như thế nào? Bạn có thể cảm thấy bị xúc phạm vì sự thất vọng đó: *Nếu nó thật sự yêu thương mình, nếu nó trân trọng những khó khăn mình gặp phải khi nấu ăn cho nó, nó sẽ làm tốt hơn*. Hay bạn có thể chuyển từ một hành động cụ thể là việc xếp bát đĩa cẩu thả vào máy rửa bát thành một đánh giá chung về tính cách: *Nó là người cẩu thả… có thể là do mình chưa biết cách dạy nó. Hoặc do gene xấu bên nhà chồng mình*. Phản ứng tức giận với sự bừa bãi của bọn trẻ có thể là một triệu chứng của những rắc rối khác đang tác động đến tâm trí bạn. Giống như bệnh nhân của tôi, cô ấy kiểm tra đi kiểm tra lại xem cửa đã khóa hay chưa thay vì nhắm cơn giận dữ vào chồng mình, đôi khi cha mẹ trút những vấn đề lớn hơn của mình (hôn nhân, tài chính) xuống cách nhìn nhận vào những vấn đề nhỏ hơn (tập trung vào kỹ thuật xếp bát vào máy rửa bát không đúng của con trai). Cách nhìn nhận này khiến các vấn đề trong cuộc sống ngăn nắp, dễ quản lý hơn, nhưng chỉ có tác dụng trong chốc lát mà thôi. Vì một đứa trẻ mới lớn khỏe mạnh bình thường sẽ không chỉ không chấp nhận cơn giận dữ đặt không đúng chỗ của bạn, mà nó sẽ ném trả lại bạn cơn giận dữ đó, cộng thêm một chút giận dữ của chính nó nữa:

Mẹ: Jason, xuống đây ngay lập tức và nhìn xem. Con là người luôn nói về ý thức tiết kiệm. Con có biết khi con xếp mọi thứ không đúng thế này sẽ tốn nước thế nào không?

Jason: Con không biết tại sao con lại phải cố gắng như vậy nữa. Con không thể làm điều gì đúng cả. Sự thật con là đứa trẻ ngoan đến mức mẹ phải chê cười những chuyện nhỏ nhặt nhất. Sẽ thế nào nếu con cũng vẽ bậy khắp nơi như Max – bạn con vậy. Lúc ấy mẹ sẽ không phải phàn nàn về chuyện con xếp máy rửa bát như thế nào nữa. Mẹ sẽ thấy vui mừng vì con không bị bắt vì có một cái va li đầy các bình sơn phun và thuốc lá.

Đừng quá quan trọng hóa sự luộm thuộm và thái độ không ra gì của bọn trẻ. Nó chỉ khiến bạn không vui mà thôi. Thay vào đó, hãy dùng những kiến thức bạn biết về sự phát triển của bọn trẻ ở thời kỳ mới lớn để cảm thấy thoải mái hơn. Bọn trẻ là những cỗ máy dopamine, não bộ của chúng được kết nối để tìm kiếm những thứ mới lạ và sôi nổi. Chúng rất khó chậm lại và tập trung vào những hoạt động buồn tẻ như xếp máy rửa bát. Một lý do khác khiến chúng có vẻ vô tâm là phần vỏ não trán của chúng chưa phát triển hoàn toàn, vì vậy những công việc như phân loại đĩa theo kích cỡ và phương pháp rửa phù hợp có thể là một thách thức với chúng. Và sau đó là cả những khó khăn của sự phát triển về mặt thể chất. Bạn biết là phụ nữ có thai luôn làm rơi các thứ xuống phía trước áo sơ mi của mình vì họ chưa quen với kích cỡ cơ thể đang thay đổi chứ? Bọn trẻ mới lớn cũng ở trong tình trạng khó xử tương tự như vậy. Đôi tay và đôi chân của chúng vẫn đang phát triển, chúng rất dễ đánh giá sai khoảng không giữa những cái giá và làm vỡ một chiếc đĩa. Vậy nên tuy chúng có biểu hiện vô cùng tuyệt vời khi nhắn tin và chơi trong một ban nhạc rock, sự kết hợp tinh vi giữa tay và mắt cần có khi xếp máy rửa bát có thể vượt quá mức độ khéo léo về mặt thể chất của bọn trẻ. Chuyện này không liên quan đến bạn, mà liên quan đến việc bạn đã nuôi dạy chúng tệ như thế nào. Chúng cần có thời gian và luyện tập thêm. Bạn hãy cứ tiếp tục để chúng làm việc nhà nhưng hãy giảm bớt một chút kỳ vọng vào chuyện đó. Hãy thử một triết lý mới: Nếu bát đĩa sạch sẽ và không bị vỡ thì con trai bạn đã làm được điều bạn yêu cầu.

Khi bạn giao việc cho bọn trẻ, hãy cho chúng biết trước về tiêu chuẩn bạn đưa ra: “Được rồi, vậy là hàng tối con sẽ vét thức ăn ở đĩa và xếp chúng vào máy rửa bát. Con sẽ làm việc này sau khi ăn tối và trước khi con sử dụng máy vi tính. Con có gì thắc mắc không?” Sau đó hãy để chúng, ở mức hợp lý tối đa, quyết định sẽ làm việc đó như thế nào. Đừng khăng khăng bắt chúng làm chính xác như cách bạn vẫn làm. Chúng đang học hỏi, còn bạn đã là một chuyên gia. Chúng có sự nhịp nhàng của riêng mình, và hãy trân trọng nó, dù có thể bạn sẽ làm nhanh và hiệu quả hơn. Nếu chúng muốn bật nhạc hoặc tạm nghỉ để chơi với chú chó cưng cũng được. Nếu chúng muốn bạn ở đó, hãy trân trọng cơ hội để hai mẹ con

được ở cùng nhau thay vì coi đó là một mánh khóe để lảng tránh việc nhà.

Hãy chừa lại căn phòng ngủ lộn xộn cho bọn trẻ

Nhà bếp, phòng khách, phòng tắm chung và phòng trước là những khu vực chung của cả gia đình. Thế nên bọn trẻ cần quan sát tiêu chuẩn về sự ngăn nắp của gia đình. Đúng vậy, bạn biết chúng đã có một ngày mệt mỏi nhưng chúng vẫn cần phải nhặt ba lô và áo khoác đang để dưới sàn nhà lên. Và đúng vậy, trước khi làm bất cứ điều gì khác thì chúng phải cho chó ăn đã. Nhưng chà, phòng ngủ của bọn trẻ thì thường là cả bãi chiến trường, và trong trường hợp này tôi gợi ý các bạn nên nhượng bộ chúng một chút. Cũng giống như thái độ hỗn láo, ngủ nướng đến tận trưa hay ăn hai bữa khuya trong một buổi tối, sự lộn xộn là đặc trưng của bọn trẻ mới lớn. Toàn bộ quá trình trưởng thành của chúng cũng rất lộn xộn, vậy nên một căn phòng lộn xộn đại diện chính xác cho những gì đang diễn ra bên trong chúng. Bọn trẻ mới lớn vẫn chưa có cái tôi mới và chúng tin rằng để hình thành một nhân dạng riêng, chúng phải giữ toàn bộ mọi thứ thuộc cái tôi cũ của mình: thú nhồi bông, trò ảo thuật, những con búp bê Bratz, các đĩa trò chơi DVD và mọi cái mũ bóng chày, áo phông, kẹp tóc, bút, lọ sơn móng tay hay các thỏi son bóng chúng từng sở hữu.

Và tất cả mọi thứ của chúng đều được cất giữ cùng rất nhiều tình cảm. Thời gian là thứ quý giá và trọn vẹn với bọn trẻ mới lớn, mỗi phút trôi qua đều rất có ý nghĩa. Chúng không muốn vứt bỏ một cái vỏ kẹo cao su vì nó gắn liền với kỷ niệm khi chúng có nó, chiếc kẹo có vị như thế nào, chúng đã ở cùng ai và lúc đó chúng vui hay buồn. Bọn trẻ mới lớn hay cư xử bất cần nhưng lại rất đa cảm và căn phòng của chúng là cơn lốc xoáy của tất cả những cảm xúc đó.

Nếu con bạn liên tục không tìm thấy những thứ chúng cần, như bài tập về nhà, tiền, chìa khóa xe hay những bài luận quan trọng, hay tích trữ đồ ăn cũ và những chiếc đĩa bẩn trong phòng thì đã đến lúc chúng phải dọn phòng. Ngoài việc đó ra thì phòng của chúng không phải là chuyện bạn cần quá bận tâm. Hai người mẹ trong lớp

học làm cha mẹ của tôi đã đúng trong chuyện này. Một người nói rằng cô không bận tâm đến sự lộn xộn của con trai mình vì cái thảm mới trong phòng cậu bé gần như còn mới nguyên và cô biết nó sẽ còn sử dụng được rất lâu. Người còn lại nói rằng yêu cầu duy nhất của cô ấy về sự ngăn nắp là con gái mình có thể tạo ra một lối đi như thể khi người ta chạy động đất từ bàn và giường ra đến cửa.

Khi nào nên bấm phím điều chỉnh lại?

Bạn đã tạo ra được danh sách việc nhà cần làm, bạn đã để bọn trẻ được lựa chọn, bạn đưa ra tiêu chuẩn tối thiểu của mình, sau đó bạn quay lại… và ngôi nhà của bạn vẫn là một thảm họa. Chúng vẫn chưa xếp đĩa vào máy rửa bát, hoặc những chiếc đĩa vẫn chưa sạch. Sự lộn xộn trong phòng ngủ của bọn trẻ không chỉ tràn ra hành lang mà còn ra cả phòng khách và cả ngoài hiên nhà nữa. Thay vì phàn nàn với chúng, hãy thay đổi chiến thuật.

Trước hết, hãy đảm bảo rằng bạn có thái độ tôn trọng đúng đắn với việc nhà. Bạn có muốn con bạn treo tất cả quần áo của nó thật gọn gàng ngăn nắp trong khi bạn lại cảm thấy việc bạn hay chồng mình vứt những chiếc tất bẩn xuống sàn nhà là vô cùng hợp lý không? Nếu vậy, bạn đang tạo ra một tiêu chuẩn kép. Bạn có để người giúp việc làm tất cả các công việc lau dọn vì bạn phải làm việc quá vất vả không? Nếu vậy, bạn đang dạy con bạn bài học rằng những người bận rộn thì không phải tự mình làm công việc lau dọn. Bạn cần mẫn làm việc nhà nhưng lại luôn miệng phàn nàn không? Hay bạn vừa tức giận vừa hút bụi dưới chân con mình khi nó đang xem chương trình truyền hình yêu thích của nó? Bạn đang dạy con mình rằng việc nhà là một công việc buồn chán trong cuộc đời, chứ không phải một cách thực tế để cải thiện cuộc sống. Hãy thay đổi thái độ của mình và có thể bạn sẽ thấy thái độ của bọn trẻ sẽ thay đổi theo.

Nếu việc bạn thay đổi thái độ cũng không giải quyết được vấn đề, hãy thẳng thắn nói chuyện với bọn trẻ về điều đó. Hãy thử nói những câu như: “Hệ thống việc nhà của chúng ta không hiệu quả. Mẹ lúc nào cũng phải thúc giục con và con thì luôn cáu bẳn.” Hay

“Khi về nhà vào buổi tối, mẹ không thể chắc chắn rằng con đã cho bọn chó ăn. Việc con chỉ thỉnh thoảng mới cho chúng ăn còn gần như tệ hơn cả việc hoàn toàn không cho chúng ăn. Mẹ không muốn phải lo lắng về vấn đề này thêm một chút nào nữa.” Hãy cùng suy nghĩ và đi đến các cách tiếp cận khác và thỏa thuận cùng tiếp tục cố gắng.

Một cách tiếp cận khác nữa là suy nghĩ lại về những việc nhà bạn giao cho bọn trẻ. Hãy xem lại danh sách các việc vặt trong nhà và đánh giá lại chúng. Nếu ban đầu con bạn xung phong xếp máy rửa bát nhưng cậu bé quá vụng về và đãng trí nên không thể làm tốt công việc đó, hãy gợi ý xem cậu bé có thích rửa xe của bạn thay cho việc xếp máy rửa bát không. Một trong những định nghĩa về bệnh tâm thần là cứ làm đi làm lại một việc và hy vọng vào một kết quả khác. Nếu chúng ta cứ đòi hỏi chúng một cách quá cứng nhắc, nếu chúng ta quá quan trọng hóa nhu cầu để một đứa trẻ mới lớn làm một việc nhà cụ thể, chúng ta đang bỏ lỡ điều quan trọng nhất của những công việc thường ngày. Chúng ta đang không cho bọn trẻ cơ hội để làm những công việc nhà thiêng liêng này với sự tự hào và tự tin.

Xác định lại các đặc quyền

Tuy nhiên, khi bọn trẻ thường xuyên không tuân theo các quy định về việc nhà, bạn cần phải cho chúng thấy hậu quả. Hãy nhớ nguyên tắc rằng bạn chỉ cần cho chúng mặc đồ phù hợp, học ở trường tốt, có nơi ở và ăn những đồ ăn bổ dưỡng. Tất cả những thứ khác đều là đặc quyền mà bạn có thể không cho bọn trẻ hưởng nữa khi chúng vi phạm các quy tắc trong gia đình.

Khi bạn đưa ra các hậu quả, chắc chắn bọn trẻ sẽ kháng cự lại dưới hình thức những lời bào chữa:

Con đang định đi rửa bát nhưng con muốn ngâm mấy thứ bị cháy vào chảo nước một lát.

Hay giả vờ không quan tâm:

Mẹ cứ làm vậy đi, cứ lấy máy vi tính ra khỏi phòng con đi. Con không quan tâm.

Hay tấn công chính xác vào lòng tự trọng của bạn:

Mẹ làm thế này vì mẹ đã từ bỏ sự nghiệp của mình và giờ niềm tự hào duy nhất của mẹ là ngôi nhà sạch sẽ quái đản này.

Đừng mắc bẫy. Đừng để tranh luận leo thang hoặc cho chúng thấy bạn đang bị tổn thương khủng khiếp như thế nào, vì nếu bọn trẻ phát hiện ra một thứ vũ khí bằng ngôn ngữ có thể khiến bạn sao lãng khỏi chuyện đang xảy ra, thì tất yếu chúng sẽ sử dụng đi sử dụng lại thứ vũ khí đó. Hãy cố gắng giữ bình tĩnh. Bằng cách phớt lờ những bình luận đó, bạn có thể cho bọn trẻ thấy vũ khí của chúng không hiệu quả. Hãy nói những câu như: "Dù là như vậy, con cũng chưa rửa bát và giờ con không được sử dụng máy vi tính vào buổi tối nữa."

Tôi biết rằng tước bỏ đặc quyền của bọn trẻ là điều khó khăn. Chúng sẽ vô cùng khó chịu. Nhưng nếu con bạn không làm việc nhà, nếu bạn phải chịu trách nhiệm về việc rửa bát đĩa và các công việc trong kho, con bạn sẽ không học được tính tự lập, còn bạn thì sẽ nổi giận và không bằng lòng. Đó không phải là một thái độ tốt với tư cách làm cha mẹ. Và ngôi nhà của bạn trông sẽ không mấy dễ chịu. Ngôi nhà - nơi ở của cả gia đình - là một nơi thiêng liêng. Bầu không khí trong gia đình nên văn minh và có trật tự một cách hợp lý. (Bạn không cần phải nói với bọn trẻ về bất cứ điều nào trong những điều này; chỉ cần tự nhắc nó với bản thân mình khi bạn cần lòng dũng cảm để bắt bọn trẻ làm việc nhà).

Tôi không đưa ra bất kỳ lời hứa nào nhưng khi bắt đứa con hay hờn dỗi và xa cách của mình làm việc nhà, rất có thể sẽ có những

tác động không ngờ về mặt tình cảm. Sở dĩ có điều đó là vì làm việc nhà cùng bọn trẻ có thể là điều hay ho nhất giữa bạn và chúng. Cùng con Sắp xếp lại tủ để đồ hay dọn cỏ trong sân rất dễ dẫn đến những cuộc trò chuyện bất ngờ – kiểu nói chuyện mà có thể bạn và chúng đã lâu rồi không có. Đôi khi – chỉ *đôi khi* thôi – cuộc nói chuyện sẽ trở nên sâu sắc hơn và theo cách tự nhiên hơn nhiều so với khi bạn bước vào phòng con, ngồi ở mép giường và yêu cầu một cuộc nói chuyện thẳng thắn và nghiêm túc.

Tại sao một công việc được trả tiền lại tốt hơn một công việc tình nguyện cao đẹp?

Ngoài bài tập về nhà và việc nhà ra, tôi muốn con bạn có một công việc được trả tiền – một công việc thông thường *thực sự*. Các thành viên trong hội đồng xét tuyển đầu vào ở các trường đại học cũng muốn thấy điều đó trên học bạ của con bạn đấy.

Một buổi tối, tôi là một thành viên trong ban hội thẩm thảo luận cùng hội đồng xét tuyển đầu vào từ các trường đại học tư danh giá. Chủ đề “xu hướng trong việc lựa chọn các tiêu chuẩn” được đưa ra và một trong những người tham gia hội thảo đã nói rằng cô thích các ứng viên có một việc làm. Những người khác đều gật đầu đồng tình.

Một người mẹ ngồi dưới hàng ghế khán giả bèn giơ tay và nhiệt tình vẫy lên vẫy xuống: “Con gái tôi đang tham gia một chương trình ở…” – cô dừng lại đầy kịch tính ở đây, giọng cô hạ thấp xuống gần tới mức run rẩy thì thầm – “châu Phi”. Cô tiếp tục: “Các học sinh *tình nguyện* tham gia vào *hoạt động công ích*. Chúng giúp bọn trẻ con ở địa phương làm đồ thủ công, dạy chúng *vài từ Tiếng Anh* và giúp chúng xây dựng một nhà xưởng để cất các thiết bị làm vườn phía sau trường học.”

Một thành viên trong ban hội thẩm trả lời: “Chúng tôi cười vào châu Phi.”

Rõ ràng là ý ông ấy không phải là các thành viên trong hội đồng xét tuyển đầu vào ở các trường đại học cười vào những người cần

được giúp đỡ ở đó. Họ cười vào niềm tin sai lầm của các bậc phụ huynh rằng các chương trình phổ biến “đi tình nguyện mùa hè” sẽ tạo được ấn tượng trên tờ đơn xin vào đại học. Tại sao các trường đại học lại không thích những đứa trẻ đặt ống nước ở Kenya? Tôi cũng không thích điều đó với cùng một lý do: Khi bọn trẻ tham gia vào một chương trình công ích do cha mẹ chúng trả tiền, dù ở châu Phi hay gần nhà hơn, chúng đều không làm việc để kiếm tiền. Những người lớn điều hành các chương trình đó cũng vậy. Giống như người điều hành những cuộc đi chơi trên biển bằng tàu thủy để giải trí, những người lớn này muốn lặp lại việc kinh doanh với những đứa con khác của bạn hoặc bạn sẽ nói tốt về họ ở trường, nhà thờ hoặc đền đài. Họ muốn bạn nói với tất cả những người bạn của bạn rằng:

Chloe đã có một khoảng thời gian tuyệt vời ở đó. Cửa sổ có rèm và không có quá nhiều muỗi – ơn Chúa là khu vực đó không có dịch sốt rét. Thậm chí con bé còn không bị rám nắng lắm.

Cũng có những vấn đề tương tự với vai trò “thực tập sinh” mà các bậc phụ huynh dựng lên một vị trí vào mùa hè trong công ty của mình cho con cái. Vị trí đó có rất ít trách nhiệm và chủ yếu là công việc chân tay, với rất ít đóng góp cho công việc. Với những đứa trẻ tham gia vào các kỳ thực tập này, chẳng có gì rõ ràng cả. Những việc chúng làm không ảnh hưởng đến công việc, thậm chí chúng cũng không thể bị sa thải trừ phi phạm khoảng 12 tá sai lầm. Chúng dành phần lớn thời gian làm phiền người lớn để họ giao việc gì đó cho chúng làm, hoặc cố gắng tỏ ra bận rộn. Các thành viên trong hội đồng xét tuyển đầu vào ở các trường đại học biết điều này, đó là lý do tại sao ở trang bốn của tờ đơn nộp vào đại học, bạn sẽ thấy một phần có viết:

Kinh nghiệm làm việc:

Hãy liệt kê những công việc **được trả tiền** bạn từng làm trong ba năm vừa qua (kể cả thời gian làm thêm vào mùa hè).

Hãy lưu ý cụm từ “được trả tiền” được in đậm.

Công việc được trả tiền là một trong những cách tốt nhất dạy bọn trẻ về sự tôn trọng, kỷ luật tự giác, sự trưởng thành và tính chính trực – bốn phẩm chất mà giáo viên của con bạn sẽ đánh giá khi họ điền vào mẫu đơn đánh giá của giáo viên. Một công việc được trả tiền hoàn toàn ngược lại với những công việc như làm tình nguyện hay đi thực tập. Khi có một công việc được trả tiền, bọn trẻ thường làm việc cho người lớn, vậy nên chúng phải phục vụ họ. Người lớn trả tiền cho bọn trẻ để chúng có mặt đúng giờ, làm những gì được yêu cầu và nhiều hơn thế nữa, ăn mặc đúng quy cách, biết tôn trọng người khác, giữ khu vực làm việc ngăn nắp, không trì hoãn, chịu lắng nghe phê bình (dù là những lời phê bình không công bằng) và học cách trở thành một phần của một nhóm gồm rất nhiều người có tính cách khác nhau và có thể rất khó chịu. Khi công việc nảy sinh vấn đề - đứa trẻ chúng nhận trông bắt đầu nôn mửa, máy làm bắp rang bơ bị hỏng và cả cửa hàng chẳng có một ai ngoài chúng, hay một khách hàng phàn nàn vì chúng đã gọi điện báo giá sai giá sữa – bọn trẻ phải quyết định xem sẽ giải quyết vấn đề như thế nào. Dọn dẹp đống lộn xộn, xác định vị trí nút tắt máy, vui vẻ sửa sai.

Trường Đại học Baskin Robbins[(15)]

Con bạn có thể tìm được một công việc dễ chịu trong mùa hè – chẳng hạn như đỗ những chiếc xe đắt tiền tại một câu lạc bộ thể thao ngoài trời (một công việc sẽ nhận được những khoản boa hậu hĩnh). Nhưng thực tế thì bạn nên ngăn cản kiểu công việc dễ kiếm tiền này. Con bạn càng làm những việc ít hào nhoáng càng tốt.

Khi còn học cấp ba, cô bạn Laurie Goodman của tôi từng dành một mùa hè làm việc trong một nhà máy sản xuất xe đạp. Công việc của cô là nhặt chân chống (được phủ một lớp mỡ để tránh bị gỉ) và đặt chúng vào một chiếc túi dẻo. Cô làm việc tám tiếng một ngày. Viên quản đốc sẽ đi xuống cả dây chuyền, quát tháo nhân viên phải làm việc nhanh hơn. Cô và một người bạn đã hát những bài hát trong các vở nhạc kịch Broadway để tự khiến mình không để ý đến

sự sỉ nhục lặp đi lặp lại đó. Thật vậy, họ đã học được cách huýt sáo trong khi làm việc.

Bản thân công việc này cũng là một bài học, nhưng nó còn có nhiều ý nghĩa hơn thế. Hai cô gái đã nhận ra rằng họ có thể chiến thắng sự coi thường, không lo nghĩ đến việc mất thể diện vì đó chỉ là một công việc làm thêm vào mùa hè, trong khi những người làm việc cùng họ – những người phụ thuộc vào công việc này và không dám liều lĩnh chọc giận viên đốc công – vẫn im lặng.

Làm một công việc không theo sở thích đáp ứng được “xu hướng trong việc lựa chọn các tiêu chuẩn” mới nhất để được nhận vào các trường đại học, nó cũng đồng thời dạy bạn bài học lớn về lòng cảm thông, về việc đặt mình vào vị trí của những người làm việc vô cùng vất vả mà chỉ nhận được đồng lương ít ỏi. Nó dạy bạn rằng làm công không phải là công việc thấp hèn và rằng dù làm công việc gì, bạn cũng có thể làm nó với lòng tự trọng. Nó thúc đẩy bạn học tốt hơn ở trường khi bạn đã thấy những công việc lương thấp/ đòi hỏi ít kỹ năng trở nên nhàm chán và lặp đi lặp lại thế nào. Trong khi những công việc dễ kiếm tiền chỉ dạy bạn rằng tiền bạc thật dễ kiếm và cuộc sống vô cùng đơn giản.

Thay vì gửi con bạn đến châu Phi, hãy suy nghĩ về việc đăng ký cho cô bé một khóa học mùa hè tại Trường Đại học Baskin Robins. Con bạn sẽ múc những phần kem nặng và dính ra khỏi một cái thùng lớn. Con bé sẽ bị lạnh. Con bé có thể sẽ rất đau mỏi phần cổ tay. Có thể nó sẽ phát chán với việc cứ phải hỏi “Cốc hay ốc quế? Đường hay không đường? Bạn có muốn đậy nắp lên không?” Con bé sẽ được trả lương rất thấp, nhưng trải nghiệm nó có được sẽ quý như vàng ròng.

Đúng vậy, nhưng…

Con bạn có thể đưa ra nhiều lý do phản đối vô cùng mạnh mẽ để không phải làm những công việc đó:

Mẹ, con sẽ KHÔNG BAO GIỜ mặc bộ đồng phục ngu ngốc đó ở những nơi mà hội bạn có thể trông thấy con.

Sau khi họ trừ thuế đi thì con sẽ kiếm được chính xác là… chẳng gì hết!

> Nhà Bergman yêu cầu con trông trẻ MỌI buổi tối Thứ Bảy. Nó giống như toàn bộ cuối tuần của con. Đó là dịp duy nhất con được ra ngoài cùng bạn.

Nhưng nếu bạn tận tâm với giá trị thực tế và tinh thần của những công việc được trả tiền, bạn có thể dễ dàng dập tắt những lời phản kháng này. Bằng cách nào ư? Bằng công cụ thần kỳ là yêu cầu bọn trẻ tự kiếm tiền tiêu vặt. Khi con bạn kiếm đủ tiền để mua một chiếc iPhone bằng tiền lương được trả hàng tuần của nó, bạn sẽ ngạc nhiên khi con bé sẵn lòng mặc bộ đồng phục của rạp chiếu phim: bóng loáng, chiếc áo khoác theo phong cách của nhân viên tạp vụ to quá khổ và đội trên đầu chiếc mũ cũng theo phong cách của nhân viên tạp vụ.

Đúng vậy, bạn có thể vượt qua được những lý do phản đối của bọn trẻ. Thế nhưng còn những lý do phản đối của chính bạn thì sao? Nỗi lo lắng của bạn về giờ giấc công việc, về độ an toàn, về lợi ích mà công việc đem lại? Hãy cùng xem nào.

Lý do phản đối: Những công việc tôi từng làm khi bằng tuổi chúng – giao báo, cắt cỏ – giờ khó kiếm hơn.

Một vài công việc truyền thống cho bọn trẻ mới lớn, đặc biệt là công việc cho các chàng trai giờ đây đã trở thành địa phận của việc làm công cho người lớn với mức lương thấp. Nhưng nếu để ý, bạn sẽ tìm thấy cơ hội cho bọn trẻ, cả nam và nữ. Dưới đây là một vài ví dụ:

Người chỉ chỗ ngồi trong các rạp chiếu phim

Nhân viên phục vụ trong quán café

Nhân viên phục vụ hoặc phụ giúp cho nhân viên phục vụ ở một nhà hàng

Tư vấn viên cho các trại hè

Nhân viên ở cửa hàng đồ ăn nhanh

Nhân viên điều phối hoạt động ở một khu nghỉ dưỡng gia đình

Nhân viên bán hàng trong một cửa hàng chuyên bán đồ liên quan đến tiệc sinh nhật cho trẻ em (The Bounce Zone, Chuck E. Cheese)

Nhân viên cứu hộ

Người làm vườn

Làm việc trong các công viên giải trí/ nơi vui chơi giải trí

Làm gia sư cho bọn trẻ nhỏ hơn – giúp chúng với việc học trên trường, một môn nghệ thuật hay chơi một loại nhạc cụ nào đó

Huấn luyện hoặc làm trọng tài cho các đội thể thao của bọn trẻ con

Ghi chép văn thư

Nhân viên đóng gói ở cửa hàng tạp hóa

Trông trẻ (những cậu chàng có thể xử lý một bé trai nhỏ tuổi hay om sòm và nghịch ngợm có thể tạo ra một môi trường tốt cho chính bản thân mình)

Lý do phản đối: Giữa những hoạt động ngoại khóa và bài tập về nhà, không còn thời gian để đi làm thêm sau giờ học nữa.

Có thể điều này đúng. Bạn có thể quyết định rằng sẽ yêu cầu bọn trẻ đi làm toàn thời gian vào mùa hè và cho phép chúng dành cả năm học để tập trung vào việc học và các hoạt động ngoại khóa.

Nhưng theo kinh nghiệm của tôi, bọn trẻ được tiếp thêm sinh lực nhờ những công việc được trả tiền. Chúng thấy những trách nhiệm trong thế giới thực rất hấp dẫn và những thói quen làm việc chúng học được trong công việc cũng khiến chúng làm bài tập về nhà, học nhạc hay làm những công việc khác hiệu quả hơn. Vì những lý do này, tôi luôn muốn các cô con gái của mình làm việc quanh năm. Mùa hè là thời điểm có nhiều công việc truyền thống hơn: tư vấn cho các trại hè và ghi chép văn thư. Trong suốt năm học, những công việc này hoặc không có hoặc yêu cầu thời gian làm việc tối thiểu quá nhiều đến mức bọn trẻ khó lòng có thể duy trì được. (Theo quan điểm của tôi, nếu thời gian làm việc nhiều hơn 15 tiếng một tuần sẽ ảnh hưởng đến việc học tập hoặc giấc ngủ của bọn trẻ). Thay vào đó, Emma và Susanna tìm được những công việc mang tính chất trung gian và đòi hỏi ít thời gian làm việc hơn. Emma lái một chiếc xe công của trường, hàng ngày đưa các học sinh khác tới trường với mức phí thương lượng bằng miệng. Không, công việc đó không đòi hỏi con bé phải trả lời người lớn nhưng nó yêu cầu con bé phải chủ động, thu và quản lý tiền *và* phải dậy sớm hơn 20 phút vào mỗi buổi sáng đi học trong tuần trong cả năm học – một trách nhiệm lớn đối với một đứa trẻ luôn ngái ngủ. Còn Susanna thì tự làm đồ trang sức và bán chúng. Cả hai đứa đều nhận trông trẻ. Một trong những người bạn của nó sản xuất những đĩa phim DVD để trình chiếu trong các bữa tiệc sinh nhật và các ngày lễ kỷ niệm; một người khác lại thuê chính cậu bé làm DJ[(16)] vào dịp cuối tuần, những đứa bạn khác của chúng thì làm gia sư cho bọn trẻ nhỏ hơn.

Lý do phản đối: Hồi chúng ta trẻ hơn bây giờ thì việc làm nhân viên cứu hộ có vẻ ổn, nhưng giờ đây khi tầng ô-zôn mỏng hơn thì việc đó quá nguy hiểm.

Tôi không thể để con bé đi bộ xuyên qua bãi đỗ xe của khu mua sắm đến xe của con bé vào buổi tối được.

Tôi không thể để con bé làm việc ở nhà hàng bán đồ ăn nhanh được! Có thể nó sẽ bị bắn chứ chẳng chơi!

Những nỗi lo này khiến tôi nhớ đến các bậc phụ huynh có con nhỏ tuổi hơn đã e ngại thế nào khi để con mình tự đi bộ đến chơi nhà một người bạn ở cách đó ba ngôi nhà. Nguy hiểm là lý do chúng ta cấm bọn trẻ có một hành động nhất định nào đó, nhưng nỗi sợ hãi thật sự là chúng ta đang không kiểm soát được cuộc sống của bọn trẻ. Chúng ta đặc biệt sợ hãi khi phải trao bọn trẻ cho những người chúng ta không quen biết. Từ khi bọn trẻ được sinh ra, từ nhóm bạn học cùng mẫu giáo, bác sỹ, trường học, giáo đường, bạn cùng chơi, gia sư đến huấn luyện viên của chúng đều được chúng ta tận tay lựa chọn kỹ càng. Chúng ta bảo vệ chúng khỏi bất cứ ảnh hưởng xấu tiềm tàng nào. Bọn trẻ có thể sẽ hạnh phúc và thoải mái trong quả bong bóng do chúng ta tạo ra, nhưng chúng cũng bị cô lập một cách kỳ cục. Bọn trẻ mới lớn khiến những quả bong bóng của chúng còn trở nên nhỏ hơn. Nhà ăn ở trường cấp ba là nơi cô lập khét tiếng theo từng nhóm riêng: hội nhà giàu, hội câu lạc bộ kịch, hội trượt ván, hội theo mốt thập niên 80 (quần áo đen, son môi đen, kẻ mắt đen), hội nhạc rock, đội cổ vũ.

Một công việc giúp bọn trẻ hòa nhập rất tốt. Những mối quan hệ ở đó ít mang tính cạnh tranh hơn ở trường và ở nơi làm việc, con bạn có thể cãi nhau với những đứa trẻ ngồi ở những bàn khác phía xa, rất xa chiếc bàn con bạn thường ngồi trong phòng ăn. Con bé có thể gặp những người lớn thô lỗ, thẳng thắn, đáng tin cậy hơn, hay thậm chí điên rồ hơn những người lớn ở nhà. Với những bông hoa trong nhà kính của chúng ta thì việc tiếp xúc với những người lạ là điều tốt và tiếp thêm sinh lực cho chúng.

Lý do phản đối: Con tôi cảm thấy công việc đó có quá nhiều áp lực và trách nhiệm. Không phải chính cô là người luôn bảo rằng chúng ta nên để bọn trẻ thoải mái hơn một chút à?

Cuộc sống của bọn trẻ mới lớn luôn ngập tràn những trách nhiệm: đạt điểm cao, là đội trưởng của cái này, là ngôi sao của thứ kia. Mỗi phút giây trôi qua chúng cảm thấy như thể toàn bộ tương lai của chúng luôn bị đe dọa, trong khi tất nhiên là không phải thế.

Một việc làm mang đến những trách nhiệm của cuộc sống thực tế. Một đứa trẻ mới lớn đi từ trách nhiệm danh nghĩa “đạt điểm A môn lượng giác học” thành “Cậu phải chịu trách nhiệm về sự an toàn của những người đến bơi ở công viên nước của chúng ta”, hay “Cậu phải chịu trách nhiệm về ba đứa trẻ này một buổi tối”, hay “Cậu phải đảm bảo rằng ngăn tiền mặt sẽ đầy vào cuối ca của cậu”. Nếu bọn trẻ được tin cậy thì thậm chí tinh thần trách nhiệm của chúng còn cao hơn. Khoảnh khắc một đứa trẻ mới lớn được tin tưởng với những trách nhiệm “quan trọng” – như được giao chìa khóa cửa hàng trang sức hay quán bánh quy cây hay được phép mở cửa hàng vào buổi sáng – là khoảnh khắc chúng có được sự tự hào về bản thân mình.

Khi những kỹ năng của bọn trẻ không dễ dàng phù hợp với những thể loại thành tích được xã hội công nhận – việc học ở trường, các môn thể thao, âm nhạc, kịch, chế độ sinh viên tự quản lý – thì công việc có thể là một con đường thay thế để có được sự tự tin. Tôi nhớ đến Natalie – một cô bé tôi từng gặp khi cô bé được 15 tuổi và đang đi trên một con đường chông gai. Cô bé có rất ít bạn vì bản chất khó gần, cô bé cãi nhau với bố mẹ và thường xuyên phải ngồi ghế dự bị trong đội bóng rổ vì không có tinh thần thể thao. Cô bé tìm được một nơi trú ẩn khi bắt đầu làm việc cho một nhóm cứu hộ động vật mà cô tìm thấy trên mạng – công việc của cô là tìm những gia đình nhận nuôi phù hợp cho các chú chó. Với vị trí lãnh đạo này, Natalie lại trưởng thành hơn tuổi của mình. Tại nơi làm việc, những đứa trẻ như Natalie – được giải thoát vì người thuê cô bé làm việc không mấy quan tâm đến số điểm SAT – có thể khám phá ra những khả năng rất đáng ngạc nhiên: sắp xếp, bán hàng, quản lý, giải quyết vấn đề và luôn chủ động. Thật trùng hợp là đó là những kỹ năng được các nhà quản lý trong tương lai – những người có thể thuê nhân viên dựa vào bằng tốt nghiệp nhưng cũng có thể dựa vào những kỹ năng thực tế – đánh giá rất cao.

Công việc thường ngày là một món quà

Khi bọn trẻ còn nhỏ, chúng ta phải làm rất nhiều thứ cho chúng. Dù bạn có mệt mỏi đến đâu, dù bạn có phải thay ga trải giường bao nhiêu lần trong một đêm đi chăng nữa, dù đứa trẻ có đau bụng đến đâu đi chăng nữa, bạn vẫn phải sẵn sàng làm nhiệm vụ của mình và chăm sóc chúng thật tốt. Sau bao nhiêu năm luyện tập, thói quen bảo vệ, sắp xếp, vá víu và sửa chữa đã trở thành phản xạ. Bạn rất khó nhận ra khi nào và làm cách nào để dừng lại hoặc chậm lại. Nhưng nếu bạn không đảo ngược một vài trong số những thôi thúc đó khi con bạn lớn lên, nếu bạn bảo vệ con mình khỏi việc học những kỹ năng cơ bản của cuộc sống, chúng sẽ không có cơ hội trở thành người tự lập. Bảo vệ con mình thái quá theo cách này cũng giống như vẫn mớm cho một con chim đã đủ lông đủ cánh ăn, nó sẽ vẫn được nuôi dưỡng tốt nhưng không thể tự tìm thức ăn cho mình. Nhưng nếu bạn dạy con mình rằng công việc thường ngày là một món quà, bạn sẽ khuyến khích những kỹ năng giúp chúng phát triển tiềm năng thiêng liêng trong chúng – trước tiên là một đứa con, một học sinh và cuối cùng là một người cha, người mẹ và một thành viên đóng góp cho cả cộng đồng.

Sự may mắn của chiếc áo len bị mất tích: Kiềm chế quyền hành và sự vô ý thức của trẻ

Giờ thì cậu con trai 16 tuổi Ben đang tham gia một khóa học trực tuyến về cách chơi đàn guitar điện tử và cậu bạn Lucas của cậu đã dạy cậu được ba hợp âm. Ben coi mình là một học viên nghiêm túc của nhạc cụ này. Cậu tập luyện không ngừng đến tối muộn và hàng xóm quanh nhà đều kêu ca về chuyện này. Ben vẫn không nản lòng và cậu vận động bố mẹ mua cho mình một cây guitar mới thay cho cây guitar đã cũ do anh trai cậu đưa cho.

> *Cây đàn Yamaha cũ của Robbie nghe như khỉ ấy. Nếu bố mẹ đi cùng con đến Trung tâm Guitar, bố mẹ sẽ thấy âm thanh của chiếc Fender nghe tuyệt vời thế nào. Và nhà Silverman nói đúng về chuyện con gây ồn đấy. Chúng ta phải cách âm gara thôi. Bố mẹ chỉ cần chuyển vài chiếc hộp từ gara về lại tủ của mình, đống đồ còn lại thì cho hết xuống dưới tầng hầm là được.*

“Chúng tôi gọi nó là Vua Mặt trời”, bố mẹ Ben nói về cậu con trai của mình. “Làm sao mà chúng tôi có thể nuôi dạy nên một đứa trẻ tin rằng Trái đất quay quanh nó chứ? Và chúng tôi phải làm gì để dạy nó không được coi chúng tôi như người giúp việc riêng hay cái máy rút tiền tự động của nó đây?”

Đó là những câu hỏi hợp lý. Mặc dù bố mẹ Ben cần nỗ lực để giúp cậu thoát khỏi tình trạng chỉ biết đến bản thân mình, họ không cần phải hoảng loạn như vậy. Ý thức ngông cuồng về quyền lực của

bản thân là điều bình thường ở trẻ mới lớn, đó là trạm nghỉ cần thiết trên con đường đến với sự trưởng thành.

Đứa trẻ ái kỷ bình thường của bạn

Đây là những tính cách được liệt kê trong định nghĩa về rối loạn nhân cách ái kỷ[1] của Hiệp hội Tâm thần Mỹ (American Psychiatric Association):

1. Tự cao tự đại về tầm quan trọng của bản thân
2. Cuốn hút bởi ảo tưởng về sự thành đạt, quyền lực, sự lỗi lạc, vẻ đẹp hay một tình yêu lý tưởng.
3. Tin tưởng rằng mình là người đặc biệt và duy nhất và chỉ những người cũng đặc biệt như mình mới hiểu được mình.
4. Có ham muốn được ngưỡng mộ một cách mãnh liệt
5. Có ý thức rất lớn về quyền lực của mình
6. Tận dụng những mối quan hệ để phục vụ cho các mục tiêu của bản thân
7. Thiếu sự đồng cảm
8. Luôn đố kỵ với người khác và tin rằng người khác cũng sẽ đố kỵ với mình
9. Có thái độ và hành vi kiêu căng

Nghe có giống ai mà bạn biết không nhỉ? Có thể là người nào đó sống dưới chính mái nhà của bạn? Những tư tưởng, cảm xúc và hành động không hợp lý tại một giai đoạn này trong cuộc đời có thể là hoàn toàn bình thường ở một giai đoạn khác. Cũng giống như hành vi rối loạn tăng động giảm chú ý[2] là bình thường ở các cậu bé nhỏ tuổi, đôi khi nó lại là triệu chứng suy nhược ở người lớn và là

nét đặc trưng của những người lớn tuổi, hành vi ái kỷ là điều thường thấy ở hầu hết trẻ vị thành niên. Một trong những đặc điểm khó chịu nhất của hành vi tự coi mình là trung tâm này là bọn trẻ tin rằng chúng có quyền có một đội quân hàng hóa và dịch vụ hùng hậu, lại còn do người khác trả tiền. Giống như Ben, hầu hết trẻ vị thành niên tin rằng để học hỏi, mau lớn và phát triển, chúng phải được thỏa mãn mọi yêu cầu với bất cứ giá nào.

Từ quan điểm liên quan đến quá trình phát triển ở trẻ vị thành niên, hành vi liên tục coi bản thân mình là trung tâm này có ích cho bọn trẻ, đó là cách chúng áp dụng ảnh hưởng của mình trong một thế giới do người lớn vận hành. Bạn có nhớ khi con bạn còn là một đứa trẻ sơ sinh không tự làm được bất cứ điều gì không? Con bạn khóc dữ dội và khó chịu đến mức bạn buộc phải vận dụng hết trí óc, sự nhạy cảm và nhẫn nại của mình để tìm ra cách khiến con dễ chịu hơn. (Có phải nó lại thực sự đói không? Nó có thể bị lạnh trong căn phòng ấm áp này không nhỉ? Có phải miếng dán ở bỉm làm đau da nó không?)

Bọn trẻ mới lớn cũng thực hiện chiến thuật giống như thế. Chúng không còn là những đứa trẻ không thể tự mình làm được điều gì nữa, nhưng chúng cũng chưa có quyền kiểm soát sức mạnh của mình như người lớn. Bọn trẻ không thể lái xe, bầu cử hay mua những món đồ có giá trị, vậy nên thay vào đó, chúng quấy rầy bạn để bạn thông qua mọi lý lẽ của chúng. Bọn trẻ đưa ra yêu cầu với sự gấp rút được thúc đẩy bởi hóc môn lứa tuổi của mình. Chúng rất đau khổ khi bạn từ chối lái xe đưa chúng đến nhà của Katie ngay lập tức, hay khi chúng tha thiết muốn có một chiếc áo hoodie (áo rộng có mũ trùm đầu), hay khi chúng đoán chắc rằng công trình môn Lịch sử của chúng sẽ tiêu tùng nếu bạn thức khuya và giúp chúng, rằng bạn nên bớt nghiêm khắc lại để căn nhà này có một chút yên ổn.

Nhưng việc của con bạn là đưa ra những yêu cầu vượt quá giới hạn, là truyền đạt ý thức rõ ràng về sự xa cách và việc của bạn là không được nổi cơn tam bành vì những chuyện này. Một trong những niềm vui của việc làm cha mẹ là mang đến cho con mình một chút nhiều hơn thường lệ – những món quà và dịch vụ không hoàn

toàn cần thiết nhưng khiến chúng vui vẻ và giúp chúng cảm thấy an toàn hơn, được bao bọc hơn trong thế giới biến đổi không ngừng của mình. Nhưng nếu bạn cứ cố chấp mà nhảy dựng lên và bắt đầu chạy trốn mỗi khi con bạn đưa ra một yêu cầu nào đó thì rốt cuộc bạn vẫn phải ngậm đắng nuốt cay và trở nên cáu bẳn mà thôi. Còn con bạn sẽ phát triển cái mà nhà tâm lý học Jerome Kagan[(3)] gọi là "chán mơ ước" – tình trạng này xảy ra khi nhu cầu của một người luôn được những người khác đáp ứng. Một đứa trẻ chán mơ ước sẽ có cách cư xử giống như một đứa bé sơ sinh hoặc một kẻ du côn, nhưng thái độ của nó thực sự vượt quá khả năng kiểm soát. Những đứa trẻ được nuông chiều sẽ cảm thấy rằng chúng phải phụ thuộc vào người khác để khiến bản thân thỏa mãn và dễ chịu. Chúng thiếu niềm tin vào khả năng rằng tự mình có thể giải quyết được vấn đề. Làm sao các bậc cha mẹ tâm lý có thể chấp nhận tính quá yêu bản thân mình theo lứa tuổi của bọn trẻ trong khi vẫn khuyến khích chúng phải phi trung tâm hóa, phải dựa vào sức mạnh nội tại của bản thân mình hơn là những ham muốn vật chất? Khái niệm của người Do Thái về *yetzer hara* – xu hướng tội lỗi bên trong con người sẽ cung cấp cho chúng ta một hướng dẫn hữu ích cho các bậc cha mẹ lúng túng trước sự tham lam của đứa con mới lớn của mình.

Xu hướng tội lỗi

Do Thái giáo kiềm chế sự thỏa mãn. Mỗi năm, vào ngày lễ Rosh Hashanah[(4)], chúng ta đều được nhắc nhở rằng: "Chúng ta đừng bị mờ mắt bởi những ham muốn với những thứ chúng ta thiếu hay trở nên lãnh đạm với những điều may mắn chúng ta đã có." Nghe rất giống một lời khuyên. Nhưng làm sao cha mẹ có thể dạy bọn trẻ mới lớn về lòng biết ơn? Họ phải phản ứng như thế nào với đứa trẻ muốn mua một chiếc máy ảnh mới vì chúng vừa để quên chiếc máy ảnh cũ trên xe bus? Hay với đứa trẻ cảm thấy bạn có nghĩa vụ đến lấy chiếc áo thi đấu mà chúng để quên ở nhà bạn và phải lái xe mang nó đến sân bóng trước khi chúng bắt đầu tập luyện?

Trong cuốn *Dạy con kiểu Do Thái: Sự may mắn của cái đầu gối bị trầy xước*, tôi đã giải thích quan điểm bất bình thường của Do Thái giáo về bản chất của con người. Các rabbi thời cổ đại tin rằng

trong mỗi chúng ta đều có một thôi thúc gây hấn có tên gọi là xu hướng tội lỗi. Mặc dù xu hướng tội lỗi có thể dẫn đến tính ích kỷ tham lam và sự thô bạo, nó đồng thời cũng là một nguồn năng lượng đầy sinh khí. Các rabbi trân trọng xu hướng tội lỗi này sâu sắc đến mức họ phong cho nó cái tên *tov mead* – vô cùng tốt đẹp.

Có một câu chuyện trong sách Talmud minh chứng cho sức mạnh khủng khiếp của xu hướng tội lỗi. Các vị trưởng lão trong Đại hội đồng[(5)] – với mong muốn giảm thiểu mọi nỗi đau đớn do thôi thúc tội lỗi gây ra, họ bắt được "xu hướng tội lỗi" và nhốt nó lại. Nó nói vọng ra từ nhà tù của mình rằng: "Nếu các ngài giết ta, cả thế giới sẽ sụp đổ!". Họ bỏ ngoài tai lời cảnh báo khủng khiếp và mơ hồ này nhưng rồi họ sớm nhận ra sự thật tàn nhẫn trong câu nói đó. Khi *yetzer* bị giam cầm, thậm chí họ không thể tìm được nơi nào để đặt những quả trứng vừa mới được đẻ ra. Trong tiếng Do Thái, từ *"yetzer"* (xu hướng) có cùng gốc với từ *"yetzira"* – có nghĩa là *"sự sáng tạo".* Nếu xu hướng tội lỗi không tồn tại thì sẽ không thể tạo dựng nên một cuộc sống mới. Cũng không thể có đam mê hay nhiệt huyết, tham vọng, sự sáng tạo hay khả năng tưởng tượng – và do đó cũng không có hôn nhân, không có đứa trẻ nào được thụ thai, không có các hoạt động kinh doanh buôn bán hay các thành phố náo nhiệt.

Khi bọn trẻ mới lớn đòi có thêm quần áo, thêm các thiết bị, thêm "nốt đặc ân này nữa thôi", bạn có thể tức giận với sự ích kỷ của chúng… hoặc bạn có thể dừng lại, lùi bước và kinh ngạc trước sự tồn tại của xu hướng tội lội tràn đầy năng lượng và đam mê trong bọn trẻ. Khi sự việc được nhìn nhận qua lăng kính này, sự tham lam tràn đầy sức sống của chúng – thậm chí là với những thứ không thuộc gu của bạn – bản thân nó chỉ là một ham muốn với cuộc sống. Với những người lớn bận bịu, việc mua sắm thường rơi vào một trong hai phạm trù: những công việc nhàm chán thường ngày hoặc nhằm mục đích giải tỏa. Và tất nhiên là một vài trẻ mới lớn cũng coi việc mua sắm là một chiếc thang máy tốc hành – một trò tiêu khiển khỏi những rắc rối của bản thân. Nhưng với phần lớn trẻ vị thành niên, mua sắm là một hình thức hoa mỹ để thể hiện bản thân. Hãy xem một nhóm trẻ mới lớn ở cửa hàng mua bán đồ cũ, bạn sẽ thấy

chúng dành nhiều năng lượng vào việc “săn hàng” như thế nào. Chúng thích bới tung những chiếc bàn bán hàng – nơi chồng chất hàng đống đồ đã qua sử dụng của người khác. Với các bậc phụ huynh, có lẽ trông chúng như một đống quần áo bẩn nhưng với chúng, đó lại là cơ hội để “đãi cát tìm vàng”. Chúng hét lên: “Ôi-trời-ơi! Ôi-trời-ơi! Hãy xem chiếc áo vest này, nó làm từ len nguyên chất 100%.” Thậm chí ngay cả những đồ thuộc kiểu “mua hai tặng một” ở cửa hàng trang sức dành cho trẻ mới lớn trên phố mua sắm – và “một” ở đây bao gồm năm cặp hoa tai bằng kim loại mỏng trên một tấm thiệp nhỏ - cũng được chúng coi như kho báu. Chúng mua những thứ - như những chiếc quần cực kỳ rộng hoặc vô cùng bó – cực kỳ lố bịch hoặc gợi cảm để giúp chúng thoải mái thử nghiệm những nhân dạng mới. Chúng cũng đồng thời mua sắm để hòa hợp với nhóm bạn hiện thời của mình. Phong cách của những chiếc quần jean, giày dép và ngay cả đến những chiếc dây buộc tóc cũng phải đồng nhất với bạn bè của chúng. Và bọn trẻ mua sắm để chờ đón tương lai, chờ đón niềm vui được mặc những thứ chúng đã mua đến những sự kiện trang trọng vừa phải, các buổi hòa nhạc, các bữa tiệc hay các trò chơi. Đó chính là sự cộng hưởng, là ý nghĩa nhân sinh của xu hướng tội lỗi thiên về vật chất.

Mặt trái của xu hướng tội lỗi trong trẻ vị thành niên là chúng tỏ ra hời hợt, thất thường và vô tâm với ngay đến thứ chúng vừa rất thèm muốn ngày hôm trước – chưa kể chúng hoàn toàn không để ý đến ngân quỹ của gia đình. Đó là lý do tại sao tôi không gợi ý các bạn nên khuyến khích xu hướng tội lỗi trong bọn trẻ mặc sức phát triển bừa bãi. Điều đó cũng phản tác dụng giống như việc nhốt nó vào một cái lồng vậy. Do Thái giáo dạy rằng con người sống tốt nhất khi có thể cân bằng được năng lượng của xu hướng tội lỗi với hiệu quả của khả năng tự kiểm soát bản thân. Chúng ta không muốn sống giống như loài vật – thỏa mãn mọi ham muốn của mình. Nhưng chúng ta cũng không nên cố gắng bắt chước các thiên thần – không bao giờ bị cám dỗ bởi những khoái cảm phàm tục. Ngay từ khi sinh ra, chúng ta đã được ban cho ý chí tự do – nó cho phép chúng ta lựa chọn mình sẽ thỏa mãn hay chế ngự những ham muốn nào. Nguồn sức mạnh này cho phép chúng ta gác lại cảm giác hài lòng tạm thời để đạt được mục tiêu, đặt nhu cầu của người khác lên

trước nhu cầu của bản thân và khiến chúng ta cảm thấy thỏa mãn hơn với những gì mình đang có.

Điều chỉnh cán cân giữa thôi thúc và khả năng kiềm chế sao cho phù hợp là thử thách theo chúng ta đến suốt cuộc đời, nhưng nó đặc biệt khó khăn trong những năm thuộc thời kỳ mới lớn – khi xu hướng tội lỗi xuất hiện rõ nét hơn. Làm sao cha mẹ có thể tôn trọng tinh thần tích cực của xu hướng tội lỗi trong khi vẫn hướng con mình đến khả năng tự kiểm soát và biết ơn nhiều hơn? Bạn không thể kỳ vọng bọn trẻ sẽ không ham muốn sau khi chúng đã có đến bảy cặp quần jean bó, nhưng bạn có thể dạy chúng về cảm giác hài lòng khi tiết kiệm để mua những thứ chúng thật sự muốn, phải quan tâm đến những thứ chúng đang sở hữu như thế nào, phải lên kế hoạch từ trước để không liên tục phải phụ thuộc vào sự giúp đỡ phút chót của bạn ra sao và làm thế nào để tập hào phóng lại với bạn và những người kém may mắn hơn. Hãy bắt đầu dạy chúng những bài học về khả năng tự kiềm chế này bằng việc tự hỏi chính bản thân mình rằng đâu là những lý do bạn có thể thầm không thích.

Các chướng ngại vật trong quá trình dạy trẻ biết kiềm chế

Tôi từng làm việc với một gia đình, họ đã mua tặng cho con gái Lily một chiếc BMW màu bạch kim trong ngày sinh nhật. Bố mẹ cô bé đã cẩn thận chọn lựa chất liệu và màu sắc, họ hình dung chiếc xe thanh lịch và an toàn này sẽ được đậu trước cửa nhà mình. Vào buổi sáng ngày sinh nhật, Lily nhìn qua cửa sổ, cô bé thấy chiếc xe đỗ bên ngoài với một cái nơ hình con bướm lớn buộc ở mui xe, cô bé bắt đầu khóc nức nở. Khi bố mẹ hỏi cô bé có chuyện gì không ổn hay sao, Lily trả lời rằng: “Con không thích chiếc xe này. Con muốn một chiếc xe màu xanh cơ!”

Bố mẹ Lily rất sốc trước phản ứng khiếm nhã của con gái với món quà của họ. Họ đã mua cho cô bé một chiếc xe đẹp và chắc chắn để cô bé có thể tới trường cấp ba, đại học và hơn thế nữa. Khi tôi hỏi bố mẹ Lily kể thêm cho tôi nghe về phản ứng của cô bé, thì một câu chuyện khác lại xuất hiện. Mẹ cô bé giải thích:

Ồ, Lily luôn thích màu xanh. Từ khi con bé còn rất nhỏ, khi tất cả các bé gái khác thích mặc đồ màu hồng hay màu tím thì Lily luôn chọn mặc những chiếc váy màu xanh trong các bữa tiệc sinh nhật. Khi con bé được sáu hay bảy tuổi gì đó, nó đã nói rằng: "Đôi mắt con có màu xanh dương đậm, bầu trời ban đêm có màu chàm và nước trong bể bơi có màu xanh ngọc." Ngay khi con bé có bằng lái, nó đã nói với chúng tôi rằng nó muốn có một chiếc xe màu xanh. Lily bảo rằng nó sẽ rất vui nếu có một chiếc Honda Civic đã qua sử dụng màu xanh, miễn là nó có màu xanh.

Khi nói đến đây, mẹ Lily thở dài. "Ôi, không", bà nói. "Tôi nghĩ mình đã hiểu vì sao con bé lại khóc khi nhìn thấy món quà sinh nhật của mình rồi."

Chúng ta có thể coi phản ứng của Lily là cách ứng xử mè nheo, hư hỏng của một đứa trẻ mới lớn, một chiếc BMW mới cứng, dù nó có màu gì đi chăng nữa, vẫn là một món quà vượt quá kỳ vọng của bất kỳ đứa trẻ mới lớn nào. Chúng ta cũng có thể đánh giá phản ứng của cô bé là một cách tự thể hiện bản thân. Như mẹ Lily đã nhận ra, cô bé không hề quan tâm đến chuyện bố mẹ đã tốn tiền vì mình như thế nào. Tôi đã thấy vấn đề nan giải giữa bố mẹ và con cái này xuất hiện trong rất nhiều lĩnh vực khác nhau: xe hơi, quần áo, chọn trường đại học. Làm sao bọn trẻ có thể học được ý thức tự kiềm chế khi bố mẹ mua đồ cho chúng không chỉ để tạo dựng hình ảnh của chính họ mà còn giấu giếm động cơ đó dưới lời bào chữa: "Bố mẹ muốn dạy cho con biết về tầm quan trọng của chất lượng"?

Trước khi bạn cho rằng ý thức về quyền lực của bọn trẻ là vấn đề riêng của chúng, hãy dành một chút thời gian để ngẫm nghĩ về các thói quen của bạn. Liệu bạn – giống như bố mẹ của Lily –có mua mọi thứ cho con mình để gây ấn tượng với những người khác trong cùng cộng đồng với vị thế tài chính của gia đình mình và sau đó quy kết con là người hời hợt khi chúng nói ra điều mình thật sự muốn? Hay bạn đã vấp phải ngõ cụt nào trong mê cung của cha mẹ, con cái và tiền bạc?

Mua chuộc tình cảm

Con bạn – đứa trẻ từng rất yêu quý bạn – giờ đây hoặc rất xa cách, hoặc chỉ đáp lại bạn bằng những câu trả lời cụt lủn, hoặc thích tỏ vẻ đau khổ hoặc thích phê phán người khác. Khi sợi chỉ kết nối giữa bạn và bọn trẻ dần trở nên mong manh, bạn thường có xu hướng bảo vệ nó khỏi bị kéo ra xa hơn nữa. Bạn có thể mua cho bọn trẻ hàng hóa hoặc các dịch vụ khác vì bạn lo rằng nếu không làm vậy, sợi chỉ đó sẽ bị đứt.

Vui lây

Khi trở nên già hơn, chúng ta rất dễ "vay mượn" lòng tự trọng và sự tự cao của những người trẻ tuổi. Trông chúng thật bảnh trong những bộ đồ đẹp, chúng có thể sử dụng các dụng cụ thể thao đắt tiền một cách phô trương, cuộc sống của chúng phong phú và đầy màu sắc. Nhưng bọn trẻ sẽ thấy thất vọng nếu chúng cảm thấy mình giống như những con búp bê được ăn mặc đẹp hay các mô hình.

Thương cảm thái quá

Khi bọn trẻ phàn nàn rằng "tất cả những người khác" đều có thứ "đó" hay đều đã đăng ký tham gia trải nghiệm kỳ nghỉ hè một mình, chúng đang thật sự muốn nói rằng những điều đó giúp chúng hòa nhập với những đứa trẻ nổi tiếng hoặc một nhóm bạn nào đó. Chúng đúng: Trẻ mới lớn cần có những công cụ nhất định để giành được vị thế xã hội của mình. Có những lúc việc mua cho con bạn đúng hãng giầy hay đúng chiếc xe đạp đó là một cách tiếp cận trên tinh thần tôn trọng và cảm thông. Nhưng hãy thận trọng trong việc dạy con rằng tiền bạc có thể mua được bạn bè hay các nhu cầu xã hội của bọn trẻ chứng minh cho sự căng thẳng của ngân quỹ gia đình.

Treo thưởng quá nhiều

Sự nhấn mạnh vào kết quả sau một quá trình có thể khiến các bậc cha mẹ tốt hình thành thói quen "mua chuộc" con cái: Con mang về

cho bố mẹ điểm số cao, thành tích thể thao ấn tượng, địa vị xã hội đáng mơ ước hay một thước đo thành công nào khác, bố mẹ sẽ mua cho con bất cứ thứ gì con muốn. Khi đưa ra quá nhiều phần thưởng đều đặn, chúng có thể phản tác dụng và hạn chế động cơ thực sự bên trong bọn trẻ. Điều đó cũng dạy bọn trẻ rằng người thành công là người không biết tiết chế.

Tâm lý tiêu dùng

Khi cha mẹ có thói quen coi việc mua sắm như một cách giải tỏa khỏi những cảm xúc khó chịu, họ sẽ thấy niềm vui đó sẽ nhanh chóng bốc hơi và nỗi thất vọng sẽ khiến họ càng thèm khát mua sắm điên cuồng hơn. Nếu bạn thường xuyên cố gắng giải quyết vấn đề của con mình bằng cách mua cho chúng nhiều đồ hơn – nhiều quần áo hơn, nhiều đồ điện tử hơn, nhiều chuyến đi chơi hơn – có thể bạn sẽ chuyển chiến lược giải quyết vấn đề không hiệu quả và không mang lại cảm giác thỏa mãn này sang cho con mình.

Niềm tin rằng mình là người tốt hơn

Khi để con cái trở thành những đứa trẻ ích kỷ và hư hỏng, bạn sẽ cảm thấy đau khổ, phẫn nộ, tổn thương… bạn nghĩ biết cư xử hơn chúng. Khi sự tự tin của bạn trở nên mong manh hơn, sự vượt trội này có thể khiến bạn phấn chấn hơn và ngoài ra, nó còn mang lại cho bạn và người bạn đời những cuộc nói chuyện vô thưởng vô phạt liên miên: “Em bước vào nhà và con bé vẫn cắm mặt vào máy tính, nó thậm chí không thèm gật đầu lấy một cái… Và sau đó nó còn muốn mua giầy mới ư? Bó tay!”. Trong chu trình tự nhiên của sự thất vọng giữa bố mẹ và con cái, việc bạn cảm thấy tức giận và thậm chí điên tiết hết lần này đến lần khác là điều thường thấy, nhưng nếu bạn thấy bản thân mình có cảm giác khinh bỉ bọn trẻ thì đã đến lúc bạn phải ra ngoài sàn đấu và đến văn phòng của một chuyên gia tư vấn hoặc một bác sỹ chuyên khoa.

Dạy con biết chi tiêu

Để bọn trẻ chịu trách nhiệm về việc chi trả các khoản phụ trội thêm trong cuộc sống chính là một cách để kiểm soát được "xu hướng tội lỗi". Con bạn có thể tự làm việc để kiếm tiền tiêu (một ý tưởng tôi đã nêu trong Chương 4) và hầu hết cha mẹ đều cho những đứa con lớn của mình một khoản tiền tiêu vặt đều đặn. Mục đích của khoản tiền này không phải là để giúp bọn trẻ tiết kiệm tiền để học đại học hay làm từ thiện. Những mục đích đó đáng được coi trọng nhưng kiểu phân tích chi tiêu này thường khiến bọn trẻ mới lớn khó quản lý vì nó quá cồng kềnh. Đó cũng không phải là khoản tiền trả cho những công việc thường ngày chúng làm, vì tốt hơn cả những công việc đó nên được nhìn nhận là trách nhiệm và nghĩa vụ cần thiết của các thành viên trong gia đình. Mục đích của khoản tiền này rất đơn giản: dạy bọn trẻ biết chi tiêu cho các món đồ một cách linh hoạt.

Tiền tiêu vặt dùng để chi trả cho những khoản nào? Tôi thích để bọn trẻ mới lớn chịu trách nhiệm về những chi phí cần phải thường xuyên tiêu tiền mặt; xăng xe, các sản phẩm liên quan đến âm nhạc và các phương tiện truyền thông, ra ngoài ăn với bạn bè là những ví dụ thường thấy. Tiền tiêu vặt cũng là một cách giúp bạn giảm bất đồng với bọn trẻ. Nếu bạn thường xuyên tranh cãi với con về các chủ đề như "Làm sao con có thể nghĩ rằng con cần thêm một đôi giầy Converse cổ cao nữa?" hay "Con thật sự hy vọng mẹ sẽ trả 20 đôla cho cây son bóng này sao?", hãy bổ sung thêm các món đồ trong tủ quần áo và trang điểm vào danh sách này. Khi bọn trẻ thể hiện được mình có khả năng quản lý các khoản tiền nhỏ, chúng ta có thể cho chúng thêm tiền để chi trả những thứ có giá trị lớn hơn, chẳng hạn như nhạc cụ, các thiết bị thể thao, hóa đơn tiền điện thoại, các trang phục thiết yếu và tiền cắt tóc.

Một khoản tiền tiêu vặt (và một công việc bán thời gian) sẽ khiến số lần bạn và con mâu thuẫn với nhau về vấn đề tiền bạc giảm xuống. Khi con bé xin mua một món đồ nào đó, bạn có thể nhắc nhở rằng cô bé là người chịu trách nhiệm về chuyện đó. Cô bé phải bỏ tiền túi của mình cho khoản đó.

Tôn trọng mong muốn của con nhưng đừng nhượng bộ chúng ngay lập tức

Bữa sáng của xu hướng tội lỗi chính là tiền. Ngay đến khoản tiền tiêu vặt hậu hĩnh nhất trên thế giới cũng không thể khiến bọn trẻ ngừng nài nỉ bạn mua cho chúng những thứ quá đắt tiền, không cần thiết hoặc giống y hệt thứ chúng đã có. Vậy tốt hơn hết là nên phản ứng như thế nào trước những đòi hỏi này? Trong kịch bản làm cha mẹ thường thấy, có rất nhiều "mánh" phổ biến nhưng không thật sự hiệu quả. Thậm chí bạn có thể nhớ lại chúng từ chính tuổi thơ của mình:

"Con nghĩ mẹ hái ra tiền à?"

"Mẹ thấy con để ít nhất cả tá túi xách trên sàn nhà trong phòng để đồ mà thậm chí con chưa bao giờ dùng tới. Vậy tại sao con luôn muốn có nhiều và nhiều hơn nữa? Con không thể cảm thấy biết ơn với những gì mình đang có sao?"

"Con đã bao giờ biết nghĩ cho ai khác ngoài bản thân mình chưa?"

Bạn đã nghe thấy những câu như thế này bao giờ chưa? Âm thanh giọng nói của bạn rít vào trong gió. Hãy nhớ rằng giờ đây bạn đang nói chuyện với xu hướng tội lỗi. Việc của xu hướng tội lỗi là xin xỏ đồ vật và những thứ bóng bẩy. Nó không lắng nghe những lời lý lẽ và nếu bị tấn công, nó sẽ đáp trả vô cùng mãnh liệt. Thay vì chống lại nó, bạn sẽ có được kết quả tốt đẹp hơn nếu hợp tác với nó, vậy nên hãy cố gắng thông cảm với mong muốn có một chiếc túi mới của con bạn nhưng đừng vội lao đi mua ngay cho nó một cái.

Mẹ: Mẹ nghe thấy rồi. Mẹ nghe thấy rồi. Mẹ biết con thật sự muốn có một chiếc túi mới. Và chiếc túi cũ của con trông cũng hơi cũ rồi. Chúng ta hãy cùng nghĩ cách làm sao con có thể có được nó nhé.

Con (giọng mỉa mai): Ưm, xem nào… mẹ có thể đến thẳng cửa hàng và mua nó cho con không?

Mẹ: Mẹ có thể làm thế nếu chúng ta đợi đến ngày sinh nhật của con. Nếu con muốn có nó sớm hơn, con có thể gọi đến nhà bà Roths hoặc bà Corwins hỏi về việc trông trẻ. Hoặc con có thể dùng tiền ông bà đã cho con hồi sinh nhật. Nếu con gom được một nửa tiền, và tất nhiên là nếu giá chiếc túi đó đủ hợp lý, mẹ sẽ vui lòng bù phần còn thiếu cho con.

Con: Như thế thật không công bằng! Bạn bè con ai cũng có một chiếc túi xịn. Maddie còn có hai cái xắc của Betsy Johnson có một chiếc ví cầm tay của Coach, còn Hannah thì có tận ba chiếc của Marc Jacobs, những ba cái, con đã nhìn thấy chúng trong tủ của bạn ấy. Còn cái đồ đồng nát mà con đang buộc phải dùng thì (1) đã lỗi mốt và (2) khiến con xấu hổ chết đi được.

Đến lúc này, con bạn có thể tức giận mà dậm chân bỏ đi nhưng có thể con bé sẽ sớm quay lại thôi, sau khi bão đã tan. Con bé sẽ bớt giận hơn nhưng mong muốn của nó thì vẫn y nguyên như vậy.

Giờ thì bố mẹ lại thường phá vỡ thỏa thuận bằng cách nói những câu như:

“Mẹ vừa mới mua cho con một chiếc túi mới vào tháng trước. Cái túi đó làm sao mà con phải mua túi mới?”

Hay:

“Túi nhung màu hồng ư? Con không nghĩ nó sẽ rất nhanh bẩn à? Hãng Juicy ư? Không phải là những chiếc túi kia đều có một cái logo trang trí lấp lánh dọc theo cái thứ xấu xí đó sao?”

Hay:

“Một chiếc túi xách nhỏ? Với tất cả đống đồ đồng nát mà con mang theo ấy hả?”

Hãy tránh nói ra bất cứ câu nào kiểu như thế. Hãy nhớ hai điều: Thứ nhất, con bạn muốn mua chiếc túi hiệu Juicy không phải vì tính hợp lý hay thực tế của nó. Nó được dựa trên sự yêu thích. Đúng vậy, nó là một món đồ mang tính giải trí nhưng con bé sẵn sàng làm việc và hy sinh một ít tiền tiết kiệm của mình để mua được nó. Thứ hai, bạn đã đồng ý bù vào số tiền còn thiếu của con bé để mua chiếc túi đó. Bạn chỉ mất 20 đôla trong giao dịch này, đó là một món đầu tư hời để bạn giữ được lời hứa của mình và chứng tỏ rằng bạn tôn trọng gu thẩm mỹ của con.

Tuy nhiên, bạn không phải đóng góp tài chính cho mọi yêu cầu của bọn trẻ. Nhưng việc bạn quan tâm đến cách giải quyết vấn đề có ảnh hưởng rất khác so với việc bạn chỉ liên tục nói những câu như: “Không, con đã có một chiếc túi rồi. Đừng nói những câu vô nghĩa nữa, để mẹ yên”. Hay kéo con đến ngay cửa hàng và nói: “Đây, con yêu, cứ lấy những gì con thích”.

Bằng cách hướng trách nhiệm chính của món đồ ngược lại bọn trẻ, bạn đã dạy cho chúng một bài học hiệu quả hơn nhiều so với những bài thuyết giảng ca ngợi lòng biết ơn. Sử dụng cách tiếp cận bình đẳng này (chúng ta có thể tìm ra một cách giúp con mua được chiếc túi bằng số tiền của chính con), bạn đã cho con mình một cơ hội để học hỏi. Có thể con bé nhận ra mong muốn có một chiếc túi hàng hiệu sẽ nhanh chóng biến mất một khi bạn yêu cầu con bé tự kiếm số tiền đó. Hoặc nếu mong muốn của con bé vẫn còn hoặc thậm chí còn lớn hơn, con bé sẽ khám phá ra sự thỏa mãn khi điều chỉnh hiệu quả nguồn năng lượng xu hướng trong mình để hướng tới một mục tiêu có sẵn.

Tôi muốn nói nốt điều này về việc đàm phán với bọn trẻ. Bạn sẽ nhận ra rằng trong cuộc hội thoại trên, bố mẹ đã phớt lờ phản ứng hỗn xược của con. Bạn không thể ép bọn trẻ tỏ ra hòa nhã, mặc dù bạn có thể chứng minh thông qua ngôn từ của chính bạn rằng sự hòa nhã là tiêu chuẩn lý tưởng. Nhưng nếu bọn trẻ bước qua ranh giới:

Con nghĩ mẹ đang mắc chứng mất trí rồi. Thật sự là thế đấy. Tuần trước mẹ vừa nói với con mẹ sẽ mua cho con một chiếc túi mới nhưng số tiền mẹ sẵn lòng chi chẳng đủ để con mua bất cứ cái túi nào con thích cả. Mẹ đã thực sự hứa với con rằng con có thể mua bất cứ thứ gì con thích, nhưng giờ thì mẹ lại cố tình quên điều đó. Mẹ chẳng nhớ điều gì mà con cho là quan trọng hết. Dù sao thì đây không chỉ là chuyện về một chiếc túi xách đâu. Mà đó là sự tôn trọng và hiểu biết cơ bản. Mẹ không quan tâm xem con cần gì. Và mẹ không thật sự quan tâm đến con.

Đừng tranh luận với con bé về chứng mất trí (dù bạn đang lo rằng con bé đúng), sự thật về thứ được coi là “lời hứa” hay việc bạn bị cho là thiếu tình yêu thương dành cho con cái. Giờ là lúc đứng lên và rời khỏi bàn đàm phán. Hãy nói những câu như “Mẹ không thể nói chuyện với con khi con hét vào mặt mẹ như thế. Mẹ có thể thấy rằng chúng ta sẽ không thể thống nhất với nhau về chuyện này ngay bây giờ nên hãy dừng chủ đề này tại đây. Chúng ta có thể thử lại sau.” Nếu con bạn lại mang chủ đề này ra bằng cách sử dụng cách tiếp cận trên tinh thần tôn trọng hơn, bạn có thể bắt đầu thảo luận lại.

Phương tiện truyền thông: phụ huynh thứ ba

Cách thức quản lý chủ nghĩa vật chất của bọn trẻ mới lớn có thể khá đơn giản: Con muốn mua đồ, bố mẹ dành một khoản tiền cho các thứ đó và yêu cầu con chịu trách nhiệm về những khoản phát sinh với số tiền riêng của mình. Nhưng còn một thế lực khác đang có mặt ở đây. Các phương tiện truyền thông và quảng cáo tham gia như một phụ huynh thứ ba đầy cám dỗ, giàu có và không mời mà đến thế giới của con bạn; và xu hướng tội lỗi trong bọn trẻ trở nên rất mong manh trước những mưu mẹo của vị phụ huynh này.

Mỗi năm, các nhà quảng cáo dành hàng tỉ đôla để tiếp thị trực tiếp đến trẻ em và trẻ vị thành niên. Họ đã không để tiền của mình bị lãng phí. Các đại lý đã dành nhiều thời gian hơn bất cứ khoa tâm lý của trường đại học nào để tìm hiểu về sự phát triển nhận thức và

tình cảm của trẻ vị thành niên, trong khi các phương pháp của họ rất phức tạp nhưng mục tiêu của họ lại vô cùng đơn giản: tạo ra vấn đề hoặc khiến các vấn đề trở nên trầm trọng hơn (mụn trứng cá, tóc không bóng mượt, địa vị xã hội tầm tầm), rồi đưa ra một giải pháp đơn giản (kem trị mụn, dầu gội đầu hương thảo mộc, quần áo hấp dẫn). Trẻ vị thành niên – với cảm xúc bất an và chủ nghĩa lý tưởng sẵn có trong mình – là những mục tiêu hoàn hảo cho các công ty. “À đúng vậy, chỉ cần mình dùng X, mình sẽ trở thành Y.” Cha mẹ không thể ngăn bọn trẻ không tiếp xúc với sự lôi kéo về mặt tình cảm này vì nó có mặt ở khắp mọi nơi.

Thông điệp của người tiêu dùng theo bọn trẻ đến tất cả mọi nơi. Tất nhiên là chúng có trên ti-vi, nhưng chúng còn xuất hiện trên quảng cáo trực tuyến nữa. Chẳng hạn như bạn là một cô bé có tài khoản trên Facebook, các mục quảng cáo về giảm cân và làm trắng răng cứ xuất hiện trên trang của bạn. Nếu bạn là con trai, các mục quảng cáo về rượu cocktail đóng chai và các trò chơi trực tuyến cứ bất ngờ hiện lên. Bọn trẻ nhìn thấy các tấm biển quảng cáo trên đường tới trường, chúng xem quảng cáo trước khi một bộ phim bắt đầu được chiếu và tại các cửa hàng mua sắm luôn quảng cáo các mặt hàng đang được bày bán. Bạn có biết nếu bạn sắp xếp màu sắc trên những chiếc áo phông theo trật tự màu của cầu vồng thì sẽ bán được ít hơn so với khi bạn xáo trộn chúng một chút? Bọn trẻ cũng không thoát được các chiêu trò quảng cáo dù là khi ở trường – nơi logo của các công ty xuất hiện trên bảng ghi tỷ số, các thiết bị tập thể thao và thậm chí cả bìa sách nữa. Các buổi hội thảo ở trường được các nhãn hiệu tài trợ - chẳng hạn như một chương trình về lòng tự trọng mà tại đó, bọn trẻ được phát cho những chiếc túi bên trong đầy kem trị mụn và lăn khử mùi - tiếp tục tấn công bọn trẻ.

Nếu cha mẹ không đưa ra cho con mình một vài bài học về tâm lý quảng cáo thì sẽ chẳng có ai làm việc đó cả. Nhưng bạn cần sử dụng cách giao tiếp nhẹ nhàng với con. Nếu bạn coi nhẹ mong muốn mua một chiếc kính râm thời thượng hay những chiếc jean của con, thì bạn sẽ không dạy cho con một bài học với những giá trị cao hơn. Bạn chỉ đang tiết lộ rằng mình đã quên mất tuổi 15 đáng sợ như thế nào, khi nhận thấy chân tay mình có tỉ lệ kỳ cục ra sao

hay một cái mũi to quá khổ trên mặt và hy vọng rằng sẽ có thứ gì đó giúp mình có một cơ thể đẹp và các bộ phận trở nên hài hòa hơn. Nếu bạn đưa ra một bài thuyết giảng về sự xấu xa của quảng cáo, bọn trẻ sẽ coi bạn là kẻ làm chúng mất vui, rất nhiều sản phẩm được bán cho con bạn là những thứ hữu dụng hoặc thú vị và một vài đoạn quảng cáo trên ti-vi còn mang tính giải trí cao hơn cả chương trình truyền hình.

Có một cách tiếp cận hiệu quả hơn, đó là bạn hãy coi bản thân mình là một người bạn đồng hành với con trong thế giới của niềm vui mua sắm. Hãy chia sẻ niềm vui của bạn khi thấy những người làm nghề giải trí tài năng, những chương trình truyền hình có kịch bản được xây dựng khéo léo hay những mặt hàng được trưng bày đẹp trong các chương trình quảng cáo dí dỏm. Hãy cùng xem một đĩa phim hài mà bọn trẻ thuê về và nói những câu như: “Zach Galifianakis[(6)] thật tuyệt vời”. Khi con gái bạn đi mua sắm về với một món đồ con bé mới trông thấy trên mục quảng cáo của tạp chí nó yêu thích, hãy nói: “Cái váy này đúng là nhất.”

Sau đó, hãy dạy bọn trẻ, từng chút từng chút một, những mánh khóe trong quảng cáo. Thay vì nói với giọng lên lớp, phẫn nộ hay tự mãn, hãy tiếp cận với chủ đề này như thể bạn là một thám tử nhà nghề chuyên phanh phui những bí mật trong công việc kinh doanh. Hãy khẩn khoản yêu cầu con bạn vận dụng trí thông minh và khao khát không để ai kiểm soát tâm trí mình. Hãy nói với chúng về cách sắp xếp màu sắc trên những chiếc áo phông trong cửa hàng và nói về mẹo xếp màu. Hãy xem câu chuyện tình yêu ma cà rồng mới nhất dành cho bọn trẻ mới lớn và bàn về chuyện các nhãn hiệu đã được sử dụng để phát triển cốt truyện trong một thủ đoạn có tên gọi “mở rộng kịch bản”. (Hãy để ý xem nhân vật ma cà rồng thường xuyên kiểm tra chiếc điện thoại thông minh của mình đến nhường nào). Hãy gợi ý chúng thử đếm số lần những chiếc Volkswagen[(7)] xuất hiện trong một bộ phim và giải thích với chúng rằng các công ty xe hơi đã trả rất nhiều tiền để thả sản phẩm của họ vào trường quay của các hãng phim. Đừng nhắc đến chủ đề này quá thường xuyên, nếu không con bạn sẽ sớm không để ý đến bài ca cũ rích này. Nhưng hãy để những cuộc chuyện trò đó có chiều sâu hơn, và khi

con bạn trưởng thành, chúng cũng sẽ đủ chín chắn để suy nghĩ, lựa chọn thay vì bị tác động và tiêu tiền.

Khi bọn trẻ làm hỏng và đánh mất đồ đạc

Gần như mọi bậc cha mẹ có con ở độ tuổi vị thành niên đều từng trải qua nhiều biến tấu của cảnh tượng này:

> *Mẹ đang mặc đồ để ra ngoài và phát hiện thấy chiếc áo len yêu thích của mình đã mất tích. Khi bà xác định được chiếc áo của mình bị nhét ở phía sau ngăn kéo giữa của con gái mình, bà vô cùng tức giận. "Con đã lấy áo của mẹ à?", bà hỏi. "Con có nhiều áo len đẹp hơn mẹ. Sao con không mặc áo của mình hả?"*
>
> *Và sau đó con gái trả lời rằng: "Thực ra con chẳng có bất cứ chiếc áo len tươm tất nào. Không có dù chỉ một chiếc."*
>
> *Một cuộc chất vấn thấu đáo đã tiết lộ tình trạng và nơi cất giữ những chiếc áo của con gái. Cô bé mang chiếc áo A đến trại hè phòng khi cô bé muốn mặc nó trong buổi vũ hội, nhưng cô lại mặc nó tới buổi đốt lửa trại và bị dính kẹo dẻo lên đó, sau đó cô bé cố giặt sạch nó ở chỗ giặt là của trại hè – nơi nó bị hỏng hoàn toàn. Cô bé đã cho bạn mình là Olivia mượn chiếc áo B và C, và Olivia đã cho bạn của mình là cô bé Maya mượn chúng. Cô bé không biết chiếc áo D giờ đang ở đâu. Chiếc áo E thì đang bẩn. Chiếc áo F thì bị co vào. Trên thực tế, trong phòng của cô bé không có chiếc áo len nào có thể mặc được hết.*

Một trong những điều cha mẹ hay phàn nàn nhất là bọn trẻ không quan tâm đến những gì mình có. Chúng háo hức mua đúng những thứ đồ mà chúng thèm muốn mang về nhà rồi ngay lập tức ngược đãi những thứ đồ đó. Các bậc phụ huynh thông thái sẽ biết đây là vấn đề quá phổ biến và lặp đi lặp lại đến mức dễ gây ra những tranh cãi hàng ngày. Thay vào đó, hãy chấp nhận triết lý cấp tiến này: Một khi bạn đã mua thứ gì đó cho bọn trẻ, hay một khi bọn

trẻ tự bỏ tiền túi của chúng để mua thứ gì đó thì nó thuộc sở hữu của chúng.

Nếu bạn cảm thấy nản lòng khi thấy bọn trẻ thường xuyên không để tâm đến những gì thuộc sở hữu của mình, hãy bắt đầu bằng cách hỏi liệu chúng đã có những kiến thức và hiểu biết cần thiết để chăm sóc đúng cách đồ đạc của mình chưa. Bọn trẻ có thể khiến bạn kinh ngạc với những kiến thức phức tạp về số lượng các học thuyết hay sự phân cấp xã hội rõ ràng ở trên lớp học, nhưng chúng có thể chưa bao giờ được học cách chải hết những sợi len xù ra khỏi áo len hay bộ đồng phục thể thao đó sẽ bị mốc ăn hết nếu cứ để chúng trong một đống quần áo đẫm mồ hôi quá lâu như thế. Giờ là lúc bạn nên cung cấp cho chúng những thông tin đó. Thậm chí dù con bạn mất kiên nhẫn khi bạn giải thích cho chúng cách giặt tay và làm sao để phơi khô chiếc áo vest để nó không bị co lại, bạn vẫn đang giúp chúng xây dựng một kho vũ khí kỹ năng đơn giản nhưng cần thiết cho cuộc sống.

Nếu bạn thấy bọn trẻ vẫn tiếp tục ngược đãi thứ gì đó dù bạn đã dạy chúng cách chăm sóc nó, hãy nhận ra rằng tâm trí của bọn trẻ mới lớn có quá nhiều thứ. Việc giữ gìn tài sản của mình, dù là những thứ chúng yêu thích nhất, không phải là ưu tiên hàng đầu trong suy nghĩ của bọn trẻ. Chúng cũng chưa đủ trưởng thành để suy nghĩ về những hậu quả có thể xảy đến vào hôm sau, tuần sau hay tháng sau. Bạn có thể nhắc nhở nhẹ nhàng chúng rằng nếu làm vậy thì có thể dẫn đến những hậu quả gì: "Lauren, mẹ lo là nếu con cứ để xe đạp của con bên ngoài cả đêm như thế, nó sẽ bị mất trộm đấy".

Nhưng đừng bao giờ tỏ ra quan trọng hóa vấn đề khi cảnh báo chúng, và hãy nhớ rằng đó là đồ của chúng chứ không phải của bạn. Nếu con bé cho bạn nó mượn chiếc áo vest mới mua thì đó là việc của nó. (Dù bọn trẻ cư xử với bạn rất ích kỷ nhưng chúng sẽ hào phóng chia sẻ những món đồ yêu thích của mình với bạn bè). Nếu chúng để xe đạp bên ngoài đường lái xe vào nhà và có ai đó lái xe quẹt vào nó thì đó là vấn đề của chúng. Không cần biết thứ đồ đó đắt hay rẻ thì đó là đồ của chúng và hậu quả cũng thuộc về chúng.

Đừng lên lớp, trách mắng và sau đó miễn cưỡng mua cho chúng thứ khác để thay thế. Nếu bạn làm vậy, bọn trẻ sẽ học được một điều rằng cuộc sống là một vở kịch, trong đó luôn có người chờ đợi trong cánh gà sân khấu, sẵn sàng ổn định, sửa chữa và thay thế những thứ chúng làm hỏng. Nhưng nếu bạn để chúng mắc sai lầm và sau đó trải nghiệm hậu quả, thực tế sẽ trở thành người thầy của chúng. Cuối cùng chúng sẽ học được cách cân bằng xu hướng bốc đồng của mình với những thói quen trưởng thành của người có ý thức – nhìn xa trông rộng, chú ý tới chi tiết và biết lên kế hoạch cho mọi việc.

Hãy khuyến khích con tự giải quyết vấn đề và khoan dung với những giải pháp có phần lập dị của bọn trẻ. Nếu con trai bạn quyết định bắt đầu kế hoạch kiếm tiền mua xe đạp mới bằng cách bán hạc giấy, tốt. Nếu nó muốn để một người bạn sửa chiếc xe trong gara của bố mẹ, cũng tốt. Bạn có thể sẵn sàng đưa ra lời khuyên và trợ giúp. Nhưng đừng lấy đi cơ hội phát triển khả năng xoay xở của con. Tất nhiên, nếu con bạn thường xuyên đánh mất hay làm hỏng đồ đạc, hãy để chúng biết rằng bạn sẽ cân nhắc về thái độ vô tâm này khi mua đồ cho chúng trong tương lai. Nếu chúng lấy đồ của bạn và ngược đãi nó, chúng sẽ đánh mất đặc quyền được mượn đồ của bạn.

Bố mẹ - nhà cung cấp dịch vụ

Mẹ, con cần mẹ lái xe đưa con đến tham dự bữa tiệc của Alissa vào tối thứ Bảy – và chỉ cần thả con ở trước nhà bạn ấy, được chứ? Mẹ không cần phải ở quanh đó đâu. 11h mẹ đến đón con là được.

Được rồi, con biết là con nên nghĩ về chuyện này trước, nhưng quyển sổ chú thích địa chất thực địa của con cần được đóng thành quyển trước giờ đi học ngày mai. Con đã gọi đến cửa hàng photocopy ở đường Pine Street và họ có thể làm nhanh cho con với giá chỉ thêm có 15 đôla. Đường Pine Street nằm trên đường mẹ về nhà từ lớp ba lê của Lucy đúng không ạ? Mẹ có thể đi xe đến cửa hàng, để quyển sổ chú thích của con ở đó

và sau đó lấy chúng cho con không? Con sẽ trả tiền cho mẹ sau.

Xu hướng tội lỗi trong bọn trẻ sẽ đưa ra cho bạn những yêu cầu khẩn cấp, thuyết phục, ăn khớp với nhau và rất khó chịu. Có thể bạn sẽ cảm thấy thật khó kháng cự để không rơi vào cái bẫy "bằng lòng trong bực dọc": *Sổ chú thích địa chất thực địa. Những thứ đó rất quan trọng, phải không nhỉ? Chà, tốt thôi. Mình đoán là mình* phải *làm việc đó*. Việc quyết định khi nào sẵn lòng giúp đỡ và khi nào nên điềm tĩnh mà từ chối bọn trẻ là cả một thách thức. Những trẻ vị thành niên chưa học được cách thiết lập giới hạn khi đưa ra yêu cầu với người lớn, trớ trêu thay, có thể phát triển sự ham muốn và cảm giác bất mãn thường xuyên – một trường hợp xấu. Chúng sẽ không biết cách tự lên kế hoạch trước hay cảm thấy hài lòng mà không phải phụ thuộc vào sự giúp đỡ của người khác.

Khi bọn trẻ yêu cầu việc gì đó, tôi gợi ý các bạn nên phản ứng giống như khi chúng xin mua đồ. Nếu lời đề nghị đó là hợp lý, hãy đáp ứng. Nếu đó là kết quả của một vấn đề hãn hữu, hãy coi đó làmột cơ hội để giúp đỡ một người trẻ tuổi xứng đáng được giúp đỡ. Nhưng nếu lời đề nghị gây ra phiền toái hoặc là kết quả của thói lười biếng và trì hoãn dai dẳng, hãy cố gắng để đi đến một giải pháp thay thế. Điều đó có thể có nghĩa là để con bạn hứng chịu hậu quả của việc không biết lên kế hoạch – có thể là để con bé bị điểm thấp cho sổ chú thích địa chất thực địa mà cô bé lấy muộn và tự trả tiền. Nếu hậu quả đó có tính chất nghiêm trọng, gay gắt thì sự thay đổi trong thái độ của chính bạn có thể khiến mọi thứ dễ dàng hơn. Bạn có thể cảm thấy thích thú việc kết nối với một đứa trẻ ích kỷ bằng cách hỏi về chủ đề ưa thích của nó – những rắc rối của bản thân – nhưng hãy thận trọng, đừng để nó nghĩ rằng bản thân mình là người vô dụng và luôn cần đến sự trợ giúp của bạn. Hãy suy nghĩ thật kỹ về đoạn trao đổi dưới đây:

Mẹ: Chào con yêu. Hôm nay con thế nào? Sáng nay trông con rất mệt mỏi. Tối nay con hãy đi ngủ sớm đi nhé. Con đã hoàn thành bài luận về "Những đứa trẻ là nạn nhân của chiến tranh"

trong thời gian rảnh của con chưa? Ồ và chân con thế nào rồi? Thầy Mars có để con ngồi nghỉ trong giờ thể dục hay không?

Con trai: Thật ra là con cảm thấy không ổn lắm. Con vẫn rất mệt và chân con vẫn còn đau. Nhưng nếu mẹ có thể vui lòng đến thư viện và tìm cho con tài liệu (không được lấy trên các trang web) để viết luận thì con sẽ cảm thấy khá hơn.

Giờ thì hãy so sánh nó với đoạn trao đổi này:

Mẹ: Chào con. Mẹ rất vui khi thấy khuôn mặt tươi cười của con. Chà, mẹ đã có cả một ngày dài. Nhưng hôm nay là một ngày tốt đẹp. Ngày mai là thứ Sáu. Còn con thì sao? Hôm nay con thế nào? Bài luận về "Những đứa trẻ là nạn nhân của chiến tranh" vẫn ổn cả chứ?

Con trai: Chà… [cậu bé đang cân nhắc xem có nên nhờ mẹ lái xe chở cậu đến thư viện hay không, nhưng vì mẹ đã nói rằng mẹ đã có cả một ngày dài nên cậu đang nghĩ xem có phương án nào khả thi hơn không]… bài luận của con, ừm, ổn cả, nhưng… con vẫn chưa viết xong. Ngày mai chúng ta có thể đến trường sớm hơn một chút được không ạ? Con cần một tài liệu không có trên website nữa cho phần nguồn sách tham khảo và con cần ghé vào thư viện.

Hãy để ý rằng cách nói chuyện của người mẹ thứ hai sinh động hơn người mẹ thứ nhất một chút. Nó có tính tương tác hơn. Thay vì chỉ chú trọng vào "Hôm nay con thế nào?", cô ấy vừa chia sẻ ngày hôm nay của mình vừa nhắc đến bài luận của con trai. Cách nói đó mang lại cảm giác thật ấm áp và chu đáo. Bằng cách không coi mọi mối quan tâm của cậu con trai là trung tâm trong thế giới chung của hai mẹ con, người mẹ không "nuôi dưỡng" thói tự cho mình là quan trọng nhất của cậu con trai. Là cha mẹ, chúng ta có thể đồng thời vừa vui vẻ, vừa tự tin rằng bọn trẻ không phải lúc nào cũng cần đến sự trợ giúp mệt đứt hơi của mình.

Lấy thói tự coi mình là trung tâm làm đối trọng với hoạt động công ích

Các hoạt động công ích là liều thuốc giải cho thói tự coi mình là trung tâm của trẻ vị thành niên. Khi bọn trẻ phục vụ người khác, sự chú ý chuyển từ nhu cầu của chúng sang của người khác: một đứa trẻ không biết đọc hay một người già muốn người khác giúp mình tải ảnh của cháu xuống. Và khi bọn trẻ cuốc đất, nhổ cỏ, giặt quần áo, trồng cây, đóng đinh, lau nhà, nấu ăn, đọc sách, ca hát hay xây dựng thứ gì đó, chúng đang có cơ hội trốn chạy khỏi bản thân mình: không phải suy nghĩ quá nhiều, bận tâm quá nhiều và cả thói tự nghi ngờ bản thân của mình nữa. Nó là một cách giải tỏa.

Vì hầu hết các trường học đều yêu cầu học sinh phải tham gia các hoạt động công ích thì mới được tốt nghiệp, vấn đề thực sự với các bậc phụ huynh không phải là có nên để bọn trẻ tham gia các hoạt động tình nguyện hay không mà chúng sẽ tham gia vào các hoạt động nào. Dưới đây là một vài ý tưởng trong việc lựa chọn các công việc tình nguyện.

Tránh các hoạt động công ích hời hợt

Ở các trang trước, tôi đã cảnh báo rằng các thành viên trong hội đồng xét tuyển đầu vào ở trường đại học coi các chuyến đi tình nguyện đến châu Phi hay các địa điểm ở nước ngoài chẳng khác gì các chuyến du lịch văn hóa có người giám sát. Cũng có rất nhiều việc làm mang tính chất lừa đảo, vậy nên bạn hãy hết sức cảnh giác. Tại một trường trung học, chỉ cần mang đến những chiếc điện thoại di động đã qua sử dụng là học sinh được nhận chứng chỉ đã tham gia hoạt động công ích. Đó là sự đóng góp có giá trị nhưng không đòi hỏi nhiều nỗ lực. Ở nơi khác, các em học sinh đăng ký đi sơn nhà cho các bà mẹ đơn thân. Trước khi đến đó, bọn trẻ được phục vụ bánh sandwich và bánh quy ở cửa hàng. Chúng không phải lột băng dính ở các thanh xà, trần nhà hay khung cửa sổ, thay vào đó, bọn trẻ thường sơn vô tội vạ lên tường bằng những chiếc chổi to. Chúng có rất nhiều cơ hội để chuyện trò và có một buổi chiều thực sự vui vẻ. Vì xe của nhà trường đã đưa một nhóm các thợ sơn chuyên nghiệp đến để thực sự làm công việc này. Cuối cùng, dự án

này hoàn toàn chẳng có ý nghĩa gì vì nó chỉ đơn thuần xoay quanh lũ trẻ – thực hiện yêu cầu tham gia hoạt động công ích, một buổi chiều vui nhộn – chứ không phải làm việc hay hy sinh vì người khác.

Khuyến khích các công việc trực tiếp và diễn ra hàng tuần

Một trong những loại hình công việc tình nguyện tốt nhất là xây dựng các mối quan hệ cá nhân trong một thời gian dài. Các đồng nghiệp – là những chuyên gia tâm lý học của tôi - và tôi biết rằng một trong những niềm vui của công việc điều trị tâm lý là cơ hội được thoát ra khỏi những mối lo của bản thân trong giờ điều trị. Sự đều đặn của thời gian gặp gỡ khách hàng, đặc quyền được khách hàng tin tưởng và cơ hội được tập trung vào nhu cầu của người khác một cách thật sự chăm chú trong một thời gian ngắn nhưng sâu sắc – tất cả những thứ đó đều có tác động rất mạnh. Khi bọn trẻ mang đến một dịch vụ cho cùng một người hết chuyến viếng thăm này đến chuyến viếng thăm khác, chúng sẽ - giống như một nhà tâm lý học – đầu tiên chúng được yêu cầu học cách nói chung thứ ngôn ngữ với người khác: thông qua việc tự mò mẫm, chúng sẽ học được cách giao tiếp với những người có phong cách tương tác – ngôn ngữ, thói quen, nhịp độ – hoàn toàn mới với chúng. Một khi đã xây dựng được mối quan hệ, bọn trẻ sẽ trở nên có trách nhiệm hơn, chúng sẽ có trách nhiệm với người giờ đây đã biết chúng, nhớ đến chúng và hy vọng chúng sẽ giúp đỡ và làm bạn với họ.

Khi đứa trẻ mà con bạn đang dạy kèm nói với con bé rằng anh trai nó vừa mới bị gửi sang Iraq hay ông cụ mà con bé vẫn hay ghé thăm cuối cùng đã biết cách gửi thư điện tử, đính kèm ảnh, con bạn đã vượt ra khỏi phạm vi hạn hẹp những mối lo lắng của chính bản thân mình. Nghĩa bóng của thông điệp trong bài khóa mới đây hay nỗi lo không biết mình có làm được bài kiểm tra cuối kỳ môn lịch sử hay không tạm thời biến mất khỏi suy nghĩ của bọn trẻ. Trong một thời gian ngắn, chúng đã biết được cảm giác không chỉ biết đến mỗi bản thân mình nữa.

Tất nhiên là không phải đứa trẻ mới lớn nào cũng có thời gian cho mức độ trách nhiệm này. Các kế hoạch ngắn hạn nhưng hấp dẫn khác, chẳng hạn như thu thập xe đạp cũ và hỏng, sau đó sửa chữa và mang tặng cho câu lạc bộ các bé trai cũng có giá trị. “Hôm nay con đã giúp đỡ vài đứa trẻ. Mẹ ơi, một trong số những cậu bé đã khóc khi nhìn thấy những chiếc xe đạp.”

Đẩy chúng ra ngoài vùng thoải mái của bản thân

Nói “đồng ý” các kế hoạch hoạt động công ích với sự sắp đặt không quen thuộc làm đối trọng với định kiến và những giả định tiêu cực:

> *Lần đầu tiên đến nhà dưỡng lão, con rất ghét mùi ở đó và tất cả mọi người đều ngồi trên ghế giống như những xác chết vậy. Nhưng sau đó con gặp ông Al, ông và con đã có một cuộc nói chuyện vô cùng tuyệt vời về buổi hòa nhạc của một ban nhạc lớn ông từng tham dự. Và một người phụ nữ khác – người có rất nhiều hình xăm trên cánh tay – đã kể cho chúng con về việc người chị của bà đã bị đưa từ Đức sang Anh khi bà mới sáu tuổi.*

Để chúng lem luốc

Có rất nhiều hoạt động công ích không cần đến công nghệ, chúng đòi hỏi sự bạo dạn và bổ ích một cách thú vị. Sau cả ngày xới đất cằn trong vườn hay thu hoạch quả bí dài, xây một nhà kho hay dọn sạch bãi biển rộng cả dặm; đôi bàn tay bị cào xước hay cái lưng đau là những chiếc huy hiệu chứng minh rằng con bạn đã thực sự có đóng góp. Ở những hoạt động công ích “bẩn thỉu” hơn, bọn trẻ học được những gì? Chúng học được rằng chúng khỏe mạnh hơn mình tưởng, rằng thế giới rộng lớn và thú vị hơn những gì chúng biết và rằng những thứ đôi khi có vẻ khó khăn hay nguy hiểm nằm ngoài khả năng lại hoàn toàn nằm trong tầm tay mình.

Để con bạn hoạt động tình nguyện cùng những đứa trẻ khác

Hoạt động tình nguyện theo gia đình là một ví dụ cho thứ mà các nhà tâm lý học gọi là "sự phóng đại" – một ý tưởng hay nhưng lại thường quá cồng kềnh và nặng nề để triển khai thành công. Bọn trẻ thích những hoạt động tình nguyện với một dụng cụ sắc bén (một chiếc máy khoan, đồ bẩn…) hay một tình cảm đặc biệt (cùng hát trong khi đang sơn một sân chơi, dịu dàng quan tâm đến các con vật nuôi). Khi cha mẹ ở quanh, câu chuyện cảm động đó có thể bị giảm bớt hoặc những biểu hiện tình cảm yêu thương và dịu dàng có thể bị ý thức khống chế.

Chủ nghĩa vị kỷ lành mạnh ở cha mẹ

Câu chuyện cười cũ rích:[(8)] Cần bao nhiêu người mẹ Do Thái để thay một cái bóng đèn?

Không cần ai hết, mẹ vẫn ổn. Mẹ thích ngồi trong bóng tối hơn.

Hy sinh vì lợi ích của con cái là cốt lõi của việc làm cha mẹ, nhưng làm cha mẹ tốt không có nghĩa là bạn phải bỏ mặc bản thân mình. Quần áo của bạn đã cũ và lỗi mốt trong khi quần áo của bọn trẻ lại mới và hợp thời trang? Hàng ngày bạn đều chở bọn trẻ đi tập thể thao trong khi bạn lại chẳng đoái hoài đến lời khuyên của bác sỹ rằng bạn nên tập thể dục khoảng 30 phút mỗi ngày trong tuần? Bạn vẫn giúp chúng làm đủ thứ dù bạn đang ốm và kiệt sức? Nếu mọi nguồn lực trong nhà bạn chỉ chạy theo một hướng như thế – từ cha mẹ đến con cái, đã đến lúc đảo chiều một chút.

Yêu cầu bọn trẻ giúp đỡ bố mẹ

Có thể bọn trẻ sẽ không tự biết giúp đỡ bố mẹ, vậy nên hãy lên kế hoạch dạy chúng làm điều đó. Hãy chỉ cho chúng cách chuẩn bị đồ ăn thức uống cho bản thân mình và giải thích rằng chúng cũng nên mời bạn một chút nữa. Có thể ban đầu chỉ là những công việc đơn giản như rót sô đa vào các cốc có đá sẵn hay phức tạp hơn như một bữa tối có nhiều món ăn khác nhau. Hãy nhờ chúng giúp đỡ "bài tập

ở nhà" của bạn – viết địa chỉ lên các phong bì thư, đặt báo mới vào tủ hay mua pin (chú ý: chúng ta cần pin AAA chứ không phải pin AA) ở cửa hàng tạp hóa. Khi bạn ốm, hãy để bọn trẻ tập làm y tá bằng việc mang khăn giấy hay một cốc trà nóng đến cho bạn. Khi bạn chuẩn bị đi đâu đó, hãy bảo chúng mang hành lý xuống cầu thang giúp dù bạn đủ khỏe mạnh để tự làm việc đó. Việc bạn cho chúng một cơ hội để giúp đỡ bạn quan trọng hơn việc chứng minh sự cường tráng trẻ trung của mình. Đừng kỳ vọng rằng con bạn sẽ làm tất cả mọi chuyện thành thạo hay với thái độ vui vẻ, ít nhất là ban đầu sẽ không như vậy. Nhưng nếu bạn yêu cầu chúng giúp đỡ bạn, dù có thế nào đi chăng nữa, rốt cuộc chúng sẽ biết cách nhận ra nhu cầu của những người khác, dù chúng có đang rối loạn hóc-môn, cảm xúc hay muốn xa lánh đi chăng nữa.

Bố mẹ cũng nên ăn mặc đẹp

Có rất nhiều lý do thuyết phục để tiêu tiền vào quần áo của bọn trẻ thay vì vào quần áo của bạn. Chúng sẽ luôn lớn nhanh hơn quần áo của mình và do đó, sẽ liên tục cần những chiếc quần jean mới, giày mới, áo khoác mới. Chúng cần những vật dụng nhất định để hòa nhập ở trường học, chúng cần những thứ mượt mà và lấp lánh để mặc trong buổi dạ tiệc ở trường. Với một số phụ huynh, tất nhiên là không phải tất cả, việc mua sắm cho con cái và từ chối mua sắm cho bản thân đã trở thành một thói quen, đặc biệt là khi tuổi trung niên đến gần và những chiếc bóng đèn huỳnh quang độc ác và những chiếc gương bị kéo dài ra trong phòng thay đồ ở các cửa hàng khiến bạn khó tin vào những gì mình nhìn thấy, để cảm thấy an toàn khi đưa ra một quyết định sáng suốt về thứ gì hợp với mình.

Nhưng hà cớ gì mà bọn trẻ mới lớn phải bỏ lại sự non nớt của mình và trở thành người lớn nếu cha mẹ chúng trông xoàng xĩnh và luộm thuộm? Truyền thống của đạo Do Thái nói với chúng ta rằng sự hy sinh vì người khác và ngoại hình tiều tụy không đồng nghĩa với sự ngoan đạo. Nhà hiền triết vĩ đại, rabbi người Do Thái Moses Maimonides đã viết rằng không có học giả nào nên sống trong một thành phố không có cửa hiệu nước hoa và các cửa hàng. Hãy tiêm phòng cho con bạn chống lại "quyền hành" bằng cách cho bản thân

mình một liều nhỏ. Hãy dành một phần hợp lý trong ngân sách của gia đình cho diện mạo và quần áo của mình. Dù bọn trẻ có xúc phạm đến gu thẩm mỹ của bạn, chúng vẫn được cổ vũ khi chúng thấy rằng bạn có đủ phẩm cách và xứng đáng để tự chăm lo cho bản thân mình.

Thử nghiệm, sai lầm và sự túng thiếu cần thiết

Liên tục có được những gì mình muốn là kẻ thù của cả cảm giác thỏa mãn lẫn lòng biết ơn. Nghiên cứu về cảm giác thỏa mãn của trẻ vị thành niên được thực hiện bởi Quỹ Alfred P. Sloan[9] vào năm 1999 đã khẳng định nhận xét này. Nghiên cứu này tiết lộ rằng sự hạnh phúc của trẻ mới lớn *tỉ lệ nghịch* với thu nhập của cha mẹ. Con cái của các gia đình thuộc tầng lớp công nhân lại có mức độ hạnh phúc cao nhất, trong khi những đứa trẻ thuộc tầng lớp thượng lưu lại thuộc mức độ thấp nhất. Lý do là gì? Những đứa trẻ được hưởng đặc quyền sẽ không có cảm giác ham muốn sâu sắc, do đó cũng không có cảm giác thỏa mãn sâu sắc.

Triết lý về “ham muốn tốt” rất dễ miêu tả nhưng lại khó thực hiện. Làm sao mà một người mẹ biết được rằng khi nào con mình sẽ tốt hơn nếu để nó thiếu thốn một chút và khi nào nên rộng rãi hơn với con – mua sắm đồ đạc, giúp việc vặt và giải quyết ổn thỏa các vấn đề? Hãy cùng ghé thăm một học sinh lớp 12 vào một ngày vô cùng quan trọng trong cuộc đời cô bé.

Bây giờ đã là ba giờ chiều, Lana đang phải mặc đồ để đến tham dự lễ tốt nghiệp. Nhưng khi cô bé đến tủ quần áo để lấy chiếc váy mà cô và mẹ đã mua ở cửa hàng Banana Republic cho dịp này, Lana chỉ trông thấy một chiếc váy nhỏ xíu trên mắc áo. Cô sớm nhận ra chuyện gì đã xảy ra với nó. Sau khi Lana mặc chiếc váy mới đến buổi khiêu vũ tuần trước (“Chỉ một lần trước khi tốt nghiệp thôi, con nói thật đấy, chỉ một lần duy nhất thôi, nó đẹp quá đi!”), cô về nhà muộn và để chiếc váy trên sàn nhà trước khi nằm phịch xuống giường. Vào buổi sáng ngày thứ Tư, sau khi mẹ cô nhắc nhở rằng hôm nay người giúp việc sẽ đến muộn, Lana quăng cả đống quần áo lớn vào máy giặt trước khi lao vội tới trường. Chiếc váy đã được

giặt cùng với những chiếc quần áo sẫm màu khác và thế là nó bị co lại. Lựa chọn duy nhất bây giờ của Lana cho lễ tốt nghiệp là gì? Một chiếc váy cũ, không hợp mốt, không đặc biệt và cũng không mới.

"Người mẹ A" sẽ làm gì? Khi Lana xuống dưới nhà trong bộ váy cũ và giải thích chuyện đã xảy ra với chiếc váy mới, người mẹ A sẽ không nhắc đến diện mạo của Lana nhưng sẽ trao cho cô con gái đang ủ rũ của mình một cái ôm và nói với cô rằng bà rất tự hào khi thấy cô tốt nghiệp. Nhưng điều người mẹ thật sự nghĩ là:

Rõ ràng là con bé chưa biết cách kiểm tra mọi thứ mình cần trước một sự kiện lớn như vậy… hay biết treo quần áo đẹp lên thay vì để chúng ở dưới sàn nhà. Rõ ràng là đã đến lúc con bé bắt đầu tự giặt quần áo cho mình. Mình sẽ yêu cầu con bé trả tiền cho mình về chiếc váy bằng tiền trông trẻ của con bé, mình cũng sẽ đóng tài khoản iTunes và cửa hàng ở trường cho đến khi con bé chứng minh được rằng mình là người có trách nhiệm hơn. Con bé quá vô tâm với những thứ bố mẹ mua cho nhưng lại luôn hy vọng bố mẹ sẽ mua đền những thứ mình đã làm hỏng. Không thể tiếp tục như thế được nữa. Quá đủ rồi.

"Người mẹ B" cũng ôm cô con gái đang ủ rũ một cái. "Không sao đâu mẹ ạ", cô bé nói. Người mẹ B liền gọi đến mọi cửa hàng của Banana Republic trong khu vực để tìm đúng chiếc váy đó, đúng size, chạy xuyên qua một cửa hàng lớn và xa lạ để tìm lại được chiếc váy, lịch sự hỏi xem nhân viên bán hàng có thể là chiếc váy cho hết nếp nhăn, cắt bỏ mác rồi lại chạy xuyên qua cửa hàng, lái xe về nhà vừa kịp để Lana thay đồ và nhảy lên xe để đến buổi lễ. Lana biết ơn đến mức hai mắt cô bé đầy nước mắt.

Trong tình huống liên quan đến chiếc váy này, không có phản ứng nào là hoàn toàn đúng cả. Trong khi mỗi ngày làm cha mẹ của bọn trẻ mới lớn đều cho bạn cơ hội viết lên câu chuyện của chính con mình, một tình huống tạo nên tính cách của cô bé, không có sự việc nào là thước đo cho sự trưởng thành hay liệu bạn có khiến con bé trở nên hư hỏng hay không. Bạn có thể quyết định trở thành phụ

huynh A hoặc B (hoặc C hoặc D) bằng cách cân nhắc về khoảng cách, mức độ và sự thường xuyên của nhu cầu mua hàng hóa, dịch vụ hoặc cần giúp đỡ của con mình.

Người mẹ A cân nhắc về sự thường xuyên vô trách nhiệm và thái độ đòi hỏi "mua cho con cái này, mua cho con cái kia" của con gái. Với người mẹ này, sự việc chiếc váy cho buổi lễ tốt nghiệp là giọt nước làm tràn ly. Ngược lại, người mẹ B lại đánh giá cao con gái mình biết chịu trách nhiệm cho tình huống của mình. Người mẹ B nghĩ*: Con bé chẳng có mấy váy vóc mặc đi dự tiệc, nó cũng chưa bao giờ phàn nàn về việc mặc đi mặc lại một thứ. Đây là lễ tốt nghiệp của con bé mà! Tại sao mình lại không cố gắng hết sức giúp nó chứ?*

Hãy thử nghĩ xem nếu bạn rơi vào một tình huống rắc rối trong một ngày đặc biệt. Hãy làm một bài kiểm tra về thước đo sự giận dữ của bạn. Liệu con bạn có đang đau khổ khi mọi mong muốn của con bé vẫn luôn được đáp ứng hay vẫn nằm trong giới hạn những ham muốn bình thường của trẻ mới lớn? Con bé có đòi hỏi bố mẹ phải giúp đỡ trong những tình huống cấp bách hay cảm thấy biết ơn vì điều đó? Nếu bạn chưa từng giống như người mẹ B, hăm hở nhiệt tình chạy qua cả cửa hàng lớn, con bạn có thể sẽ cho rằng việc bạn luôn thiếu cảm thông là bằng chứng cho thấy mình không xứng đáng được đối xử như vậy. Nhưng nếu bạn luôn chạy xuyên qua cửa hàng, không phải là bạn đang giúp con mình phát triển mà còn làm hỏng con bằng chính lòng tốt và sự quan tâm của mình.

Có thể bạn đang đọc những dòng này và bắt đầu lo lắng: "Ôi không, mình đã hành động giống như người mẹ B trong khi con mình lại là đứa con A!". Nhưng việc mắc sai lầm là đúng đắn và cần thiết. Cũng giống như bọn trẻ học hỏi bằng việc thử nghiệm và mắc lỗi mắc lỗi mắc lỗi, cha mẹ cũng vậy.

Với bọn trẻ mới lớn, nhìn chung thì càng nhiều càng ít. Hãy sử dụng bất kỳ câu thần chú nào giúp bạn nói không với quá nhiều quyền hành. *Khi đối mặt với các giới hạn, sự sáng tạo sẽ đơm hoa kết trái. Bài thơ Xônê*[(10)] *có 14 câu, nhưng thơ haiku*[(11)] *thì chỉ có ba*

câu. Khi nước rơi từng giọt, nó mất đi sức mạnh nhưng khi nó chảy thành dòng qua ống nước thì dòng chảy lại vô cùng mạnh. Hay hãy nghĩ về bức tranh biếm họa trên tờ *New Yorker*: Một người mẹ đang nhìn cô con gái mới lớn của mình, cô bé đang ngồi trên sàn nhà với một chiếc guitar điện, cuộn len và những chiếc kim đan với một ít đã được đan, máy tính, hai cuốn sách và giá vẽ. Chú thích: “Nếu sự sáng tạo của bạn có ít lối ra hơn, nó sẽ thoát khỏi bạn với nhiều sức mạnh hơn.”

Hãy luôn ghi nhớ rằng bọn trẻ mới lớn cần trở nên tự yêu bản thân mình để xa cách bạn và hình thành nên một cái tôi mới. Hãy nhìn lại một vài chi tiết được lựa chọn về định nghĩa của rối loạn nhân cách ái kỷ: Tự cao tự đại về tầm quan trọng của bản thân; ảo tưởng về sự thành đạt, quyền hành, sự lỗi lạc, vẻ đẹp hay một tình yêu lý tưởng; tin tưởng rằng mình là người “đặc biệt” và duy nhất. Đó là những đặc điểm tốt của một người trẻ sắp trưởng thành, miễn là tất cả đều nằm trong giới hạn cho phép.

Sự may mắn của những vấn đề phải giải quyết: Để bọn trẻ học hỏi từ những đánh giá sai lầm

Hiệu trưởng của các trường đại học thường dùng bí danh "tách trà" cho những tân sinh viên được bảo vệ thái quá và yếu đuối. Khi đối mặt với thách thức, các "tách trà" không có khả năng đối phó. Họ sẽ vỡ òa:

Đêm nào cô bạn cùng phòng của con và bạn trai cô ấy cũng về phòng lúc hai giờ sáng trong tình trạng đã say khướt. Rồi họ cùng lao lên giường của cô ấy. Con chỉ biết lấy gối che đầu và muốn khóc.

Con hay mua sandwich ở bến xe điện ngầm để ăn tối và tối nào con cũng ăn trong phòng vì con cảm thấy thật ngớ ngẩn khi đi vào nhà ăn một mình. Nhưng giờ con thấy những người làm việc ở đó cũng nghĩ rằng con đúng là con bé đáng thương lập dị nên con chỉ mua mì sợi khô từ cửa hàng dành cho sinh viên và làm nóng nó bằng lò vi sóng. Còn ăn trưa thì con chỉ cần một thanh kẹo Lara là được.

Con không nghĩ là con nên tiếp tục học lớp Tiếng Tây Ban Nha III. Nói chuyện với thầy giáo cũng chẳng có ích gì, con biết mà.

Con đã nghĩ đến chuyện làm việc cho tạp chí nghệ thuật nhưng khi con đến buổi gặp đầu tiên thì bọn nhóc con ở đó không hợp với con. Con sẽ không quay lại. Con vẫn ổn khi ở trong ký túc xá và chơi Splinter Cell.

Khi phải nếm trải các tình huống không quen thuộc, bị sốc và tê liệt, các “tách trà” cuối cùng sẽ phải đến trung tâm sức khỏe vì đau đầu, đau bụng, mất ngủ và rối loạn ăn uống. Chúng cô lập bản thân mình với các sinh viên khác, ở rịt trong phòng ký túc xá giữa các giờ học hoặc tự hủy hoại bản thân mình vì làm việc quá tải. Ngày càng có nhiều sinh viên năm thứ nhất phải trở về nhà sau học kỳ đầu tiên vì không có khả năng ứng phó với cuộc sống mới. Một cô gái trẻ mà tôi biết đã gọi điện cho mẹ mình sau một vài ngày ở trường, cô bé khóc nức nở: “Mẹ đến đón con đi, phòng tắm ở đây thật đáng sợ. Con nghĩ nấm mốc đang mọc đầy trên sàn nhà tắm.” Trong trường hợp của cô bé, một phòng tắm đầy nấm mốc – có thể dễ dàng được khắc phục với một chút nước tẩy cùng nước sạch hay chỉ cần mặc kệ nó là được – là phép ẩn dụ của một thế giới mà ở đó không ai có thể đảm bảo rằng môi trường xung quanh mình luôn sạch sẽ, an toàn và được bảo vệ kỹ càng. Một vài tuần sau, cô bé về nhà luôn.

Chúng ta phải làm sao để tránh việc bảo vệ con cái quá mức và khiến chúng trở nên yếu đuối đến vậy? Nếu muốn nuôi dạy con cái thành những người trẻ tuổi biết cách giải quyết vấn đề, chúng ta phải để bọn trẻ có vấn đề để giải quyết khi chúng vẫn còn ở độ tuổi vị thành niên. Đúng vậy, rất khó có bậc phụ huynh nào sẵn lòng đặt con mình đối diện với khó khăn. Thường thì cha mẹ sẽ để con cái bận rộn với những hoạt động có sự giám sát của người lớn, vậy nên chúng chẳng có thời gian cho những rắc rối; hoặc cha mẹ sẽ lao vội vào giải quyết vấn đề, thay vì để bọn trẻ tự làm điều đó. Nếu mẹ nghĩ rằng bạn trai của Kayla không xứng đáng với con bé, bà sẽ vào cuộc với những lời khuyên và thậm chí còn gọi điện thoại khắp thị trấn để tìm một ứng cử viên sáng giá hơn. Nếu Jack ngại không dám giơ tay phát biểu trong giờ Hình học và nhờ giáo viên giải thích những khái niệm cậu bé không hiểu, bố mẹ sẽ thuê một gia sư thân thiện đến nhà dạy thêm cho cậu bé sau giờ học. Nếu Ariella có vụ tông xe thứ hai ở bãi đỗ xe của trường, bố mẹ cô bé sẽ bồi thường thiệt hại cho cả hai chiếc xe và để Ariella đang căng thẳng ở nhà, ngâm mình vào bồn nước nóng để xoa dịu thần kinh thay vì phải đến dự bữa tiệc sinh nhật bà. Còn bố mẹ của Conner sẽ không để cậu bé lái xe ra ngoài vào buổi tối vì ai mà biết được có những chuyện điên rồ gì ở ngoài đó?

Nếu cha mẹ cứ để mặc bọn trẻ đâm đầu vào những trải nghiệm của tuổi mới lớn mà không có bất kỳ sự bảo vệ nào thì thật độc ác. Nhưng cũng không công bằng khi khiến bọn trẻ tin rằng chúng quá yếu đuối hoặc quá mỏng manh để học cách tự mình đứng vững về mặt cảm xúc, dàn xếp bất đồng, chấp nhận những tình huống không quen thuộc và vượt qua những công việc rắc rối và phức tạp. Làm sao chúng ta có được sự cân bằng hợp lý giữa việc hướng dẫn và kiềm chế? Câu chuyện về chuyến hành trình thoát khỏi cuộc sống nô lệ ở Ai Cập của người Israel sẽ cho chúng ta một vài manh mối.

Trong sách *Xuất hành*[(1)], sự hiện diện của Chúa được miêu tả trong suốt hành trình của người Israel như "một cột mây vào ban ngày… và một cột lửa vào ban đêm". Hình ảnh đẹp này là một mô hình cho các bậc cha mẹ có con đang trong thời kỳ mới lớn đầy bất ổn. Giống như Chúa, bạn luôn ở bên cạnh, mang đến bóng râm và ánh sáng khi cần thiết, nhưng phần lớn thời gian bạn cần đứng lùi lại phía sau. Bạn hãy để chúng một mình. Bạn hãy đợi xem bọn trẻ có thể tự mình giải quyết vấn đề không trước khi quyết định nhảy vào can thiệp, bạn hãy để chúng trải nghiệm hậu quả tất yếu do những quyết định sai lầm gây ra và bạn nên cho chúng quyền tự do mắc sai lầm, thậm chí là những sai lầm lớn.

Để bọn trẻ nếm trải sự đau khổ cần thiết

Nếu bạn muốn bọn trẻ học được các kỹ năng sống độc lập và được người khác đánh giá tốt trước khi chúng rời khỏi nhà, chúng cần phải nếm trải "sự đau khổ cần thiết" ngay bây giờ. Điều đó có nghĩa là cha mẹ không nên bảo vệ con khỏi những vấn đề không thoải mái nhưng hoàn toàn bình thường của tuổi vị thành niên. Khi những phụ huynh mà tôi tư vấn hỏi tôi rằng "Tôi nên làm gì với những con bé đáng ghét trong lớp Lịch sử của con gái tôi? Giáo viên môn Sinh học giao cho nó quá nhiều bài tập? Vị huấn luyện viên đuổi con trai tôi ra khỏi đội? Con gái tôi đang hoảng loạn trước kỳ thi cuối cấp của mình?", tôi thường trả lời rằng: "Đừng làm gì ngay cả. Hãy cho vấn đề một cơ hội để tự nó được giải quyết, hãy cho con bạn một cơ hội để tự lo chuyện của mình."

Chẳng có vấn đề gì nếu trẻ vị thành niên cảm thấy nhàm chán, thất vọng, cáu kỉnh và buồn rầu. Cũng hoàn toàn tốt nếu chúng có một giáo viên khó tính, ngốc nghếch và không truyền cảm hứng cho học sinh. Tương tự nếu người bạn thân nhất của con gái bạn là một con bé hời hợt, hống hách và hư hỏng. Cũng không sao nếu thi thoảng chúng ngồi một mình trên ghế băng và trái tim chúng đang tan vỡ.

Tại sao lại vậy? Bởi vì bạn có thể chắc chắn rằng khi lên đại học, chúng sẽ có một người bạn cùng phòng hời hợt, hống hách và hư hỏng hay một ngày nào đó chúng sẽ có một giảng viên hoặc một ông sếp khó tính, ngốc nghếch và không có khả năng truyền cảm hứng. Vì là người lớn, chúng sẽ phải đối mặt với những vấn đề nghiêm trọng, cả trong công việc lẫn cuộc sống cá nhân. Vì chúng ta muốn chúng học cách ứng phó với những người khó tính, những tình cảm phức tạp càng sớm càng tốt. Vì khi đến lúc bọn trẻ rời khỏi nhà, chúng ta muốn chúng quen với nhiều dạng cảm xúc khác nhau: Tôi từng cảm thấy rất tệ, nhưng giờ đây, vì tôi đã nói chuyện với bạn mình/ đi chạy bộ/ nói chuyện với thầy giáo/ đi ngủ/ đương đầu với bạn cùng phòng về chuyện bạn trai cô ấy cứ ngủ qua đêm trong phòng/ viết một kế hoạch để cải thiện kỹ năng đá bóng/ đến trung tâm sức khỏe/ thực sự hoàn thành một vài công việc, tôi nhận ra rằng mình cảm thấy tốt hơn và bố mẹ không phải lo lắng gì về chuyện đó cả.

Khi can thiệp để ngăn chặn sự tổn hại của những tình huống khó khăn, chúng ta đã tạo ra một phản xạ: Bất cứ khi nào bọn trẻ cảm thấy buồn bã hay bối rối, tức giận hay thất vọng, chúng đều tin rằng mình không thể chịu đựng được cảm giác này. Nếu trẻ vị thành niên không có cơ hội nào để nhận ra những cảm xúc hoặc vấn đề tiêu cực của bản thân và học cách vượt qua nó, chúng sẽ rời bỏ trường đại học và tìm kiếm những biện pháp nhanh chóng và chắc chắn để xoa dịu nỗi đau của mình – uống rượu, sử dụng ma túy, quan hệ tình dục, những mối quan hệ chóng vánh, làm việc quá sức một cách điên rồ hoặc ngày nào cũng gọi điện về nhà để tìm cách giải quyết vấn đề.

Tất nhiên là bọn trẻ cũng không dễ để bạn mặc chúng nếm trải những vấn đề khó khăn. Trẻ mới lớn cư xử như thể chúng muốn tự làm mọi chuyện nhưng thực ra chúng rất giỏi thổi phồng những khó khăn của mình thành cơn khủng hoảng để bố và mẹ sẽ bảo vệ chúng:

Làm sao thầy Kornfield có thể mong bọn con chuẩn bị cho bài kiểm tra khi thầy ấy quên nhắc chúng con rằng sắp đến bài kiểm tra rồi cơ chứ? Nếu bố mẹ không nói với thầy Kornfield hộ con, con sẽ nhờ huấn luyện viên Martin. Con có quá nhiều thứ phải làm. Con phải họp làm kỷ yếu, phải đến phòng học ngoại ngữ và con nghĩ là bố mẹ còn muốn con ăn trưa nữa, đúng không?

Mẹ, con không thể vượt qua được chuyện giờ Dylan lại đi hẹn hò với Becca. Con nghĩ con đã khóc suốt hai giờ đồng hồ liền. Mẹ không thể để con ra ngoài và đi trông trẻ với đôi mắt sưng đỏ này được. Thật đáng xấu hổ và con tin chắc rằng nếu ông bà Lane hỏi bất cứ thứ gì khiến con nhớ đến chuyện đang xảy ra trong cuộc sống của con ngay lúc này, con sẽ bắt đầu khóc ngay trước tiền sảnh nhà họ mất. Con cần ở trong phòng ngủ và ở một mình một lát. Mẹ có thể gọi điện đến nhà ông bà Lane và nói với họ rằng tối nay con không thể trông trẻ không?

Nếu bạn định kiềm chế xu hướng muốn giúp chúng ổn định lại, bình tĩnh hơn, để bọn trẻ mới lớn thích thổi phồng mọi chuyện và tự dối mình này xử lý vấn đề của chúng, bạn sẽ cần có một vài chiến lược sẵn sàng hành động ngay tức khắc.

Chờ đợi

Các vấn đề của trẻ mới lớn có thể bắt lửa, bốc cháy dữ dội và sau đó cũng tàn lụi nhanh như thế. Carol Eliot – một giáo viên lớp Bảy tại một trường phổ thông dành cho nữ sinh – nói với tôi rằng các bà mẹ thường gọi điện cho cô về những mâu thuẫn giữa các cô gái: “Johanna bị hủy hoại bởi những gì Lindsay và Alexandra làm với con bé!”. Carol nói rằng cô học cách lắng nghe nhưng không can

thiệp vào. “Đến khi tôi bắt đầu tìm hiểu vấn đề thì nó đã không còn nữa”.

Nếu cha mẹ thể hiện sự lo lắng với những sự việc bình thường của trẻ vị thành niên – “Thật kinh khủng! Mẹ nghĩ Rachel là người bạn con có thể tin tưởng cơ đấy!”, “Làm sao thầy Singer lại chỉ định con vào chiếc ghế thứ ba trong dàn nhạc khi thầy ấy biết rõ lý do duy nhất con gặp khó khăn hôm thử giọng là con quá mệt?” – họ đang khiến bọn trẻ nghĩ rằng cuộc sống không có chỗ cho những thay đổi tất yếu. Phản ứng lo lắng thái quá của cha mẹ cũng cho bọn trẻ thấy rằng bạn không thể đối mặt với sự buồn rầu, bối rối, lựa chọn sai lầm của chúng và có thể chúng sẽ trở nên cẩn trọng về việc cởi mở với bạn trong tương lai.

Hãy cảm thông chứ đừng xen vào chuyện của bọn trẻ

Mặc dù bạn không nên nhảy dựng lên khi bọn trẻ mang rắc rối đến, bạn cũng đừng hoàn toàn không để ý đến cảm xúc của chúng. Khi tôi hỏi hai đứa trẻ 19 tuổi rằng cha mẹ có thể giúp chúng như thế nào khi chúng 14 tuổi và có chuyện buồn về tình cảm, chúng đã nói rằng: “Tốt nhất là họ đừng có nói rằng ‘Con vẫn chưa thật sự yêu đâu. Con còn quá nhỏ cho những chuyện này.’” Tôi cũng khuyến cáo các bậc cha mẹ không nên nói những câu như “Đừng có rầu rĩ về việc không được tham gia vào đội bóng nữa. Đằng nào thì đá bóng ở trường đại học không phải là một hoạt động hay dành cho con đâu. Ra khỏi phòng con ngay lập tức và bố sẽ nói cho con biết vì sao.”

Thay vào đó, hãy thể hiện sự cảm thông và tránh can dự vào nỗi thất vọng của chúng. Hãy tỏ ra muốn tìm hiểu và tốt bụng nhưng đừng hoảng sợ. Bạn có thể nói những câu như: *Ôi!* Hay *Ồ*, *Trời ơi*, hoặc *Mẹ có thể thấy con buồn/ lo lắng vì chuyện này như thế nào*. Hay *Chuyện này thật khó xử*. Hãy lắng nghe phần lớn thời gian và cho chúng có cơ hội trút bầu tâm sự và thổ lộ suy nghĩ của mình. Nếu chúng nhờ bạn giúp đỡ, hãy dùng ngay những câu hỏi mang tính dẫn dắt và ám chỉ rằng bạn tin con có khả năng phát huy được mọi nguồn lực của mình: *Con đã nghĩ đến cách xử lý này chưa?* Hay

Con đang định thử làm gì? Con đã thử làm gì rồi? Nó thế nào? Tiếp theo con định làm gì? Hãy cố gắng hết sức để bọn trẻ tự tìm được câu trả lời cho bản thân mình.

Nhưng nếu bọn trẻ đang gặp chuyện mà chúng lại không muốn chia sẻ với bạn thì sao? Một vài trẻ mới lớn, thường là các cậu bé, phản ứng với sự thất vọng bằng cách thể hiện chủ nghĩa khắc kỷ[(2)]. Đó thực sự là một cảnh tượng đau lòng – nó thường khó chịu hơn cảnh các cô bé khóc lóc than vãn nhiều – đến mức cha mẹ cảm thấy bị thôi thúc bởi ý nghĩ rằng họ sẽ không bao giờ để con trai mình rơi vào tình cảnh này nữa. Bạn không thể ép bọn trẻ trò chuyện nhưng bạn có thể chuẩn bị đồ ăn, đưa chúng đi nhiều nơi, làm việc nhà hoặc rủ chúng chơi bóng rổ, để nếu chúng có mở lời, bạn có thể trò chuyện cùng chúng. Sau đó bạn có thể vận dụng sự kết hợp giữa cảm thông và tin tưởng như khi bạn có một đứa con hay chuyện trò hơn.

Bình thường hóa các thất bại

Khi tình huống căng thẳng đã dịu xuống và cảm xúc của bọn trẻ cũng lắng lại, hãy để chúng biết rằng thất bại là chuyện bình thường: Hãy trò chuyện với chúng về những khoảng thời gian khi mọi chuyện không hề diễn ra như bạn dự định, bạn đã đương đầu với chuyện đó như thế nào và rốt cuộc mọi chuyện ra sao.

Khuyến khích chúng tranh thủ sự giúp đỡ của những người lớn khác

Những người quản lý ở các trường đại học thường phàn nàn rằng dù trẻ mới lớn có những vấn đề tương đối nhỏ nhưng cha mẹ lại can thiệp ở mức độ rất cao. Sinh viên dường như không thể hoặc không sẵn lòng giải quyết các khó khăn của mình ở cấp độ cơ bản bằng cách nói chuyện với giáo viên, tư vấn viên hay thậm chí là đến gặp bác sĩ ở trung tâm chăm sóc sức khỏe khi bị ốm. Các nhà quản lý cũng chỉ ra rằng những đứa trẻ học được cách kết nối với những người lớn mà không cần cha mẹ can thiệp có khả năng sống tốt ở trường đại học hơn các em chỉ biết dựa vào sự giúp đỡ của bố mẹ.

Hãy dạy con bạn rằng thực ra người lớn rất thích giúp đỡ những người biết xin giúp đỡ một cách lễ phép và đúng lúc đúng chỗ. Với một vài trẻ mới lớn, điều này đồng nghĩa là tìm người tư vấn ở một huấn luyện viên, cha/ mẹ của một người bạn hay một tu sĩ. Nhưng vì thế giới của trẻ mới lớn chủ yếu xoay quanh nhà trường, rất nhiều vấn đề nảy sinh từ đó và chúng có thể giải quyết được những vấn đề này bằng cách nói chuyện với thầy cô giáo. Có thể con bạn sẽ thấy chuyện này thật đáng xấu hổ và bất tiện. Có thể chúng sẽ bảo bạn tránh bất cứ vấn đề gì đang xảy ra ở lớp học bằng cách thuê một gia sư. Nhưng việc dựa vào một gia sư mà cha mẹ thuê khác xa việc thu xếp mối quan hệ của chính mình với giáo viên. Những đứa trẻ biết rằng sự trưởng thành của bản thân chúng sẽ được thể hiện ở nhà mà không cần tạo dựng sự tự tin để nói chuyện với một thầy giáo/ cô giáo bận rộn sau giờ học về khối lượng bài tập về nhà hay giơ tay và nói "Cô Webber, em không hiểu. Cô có thể giải thích lại được không?"

Nếu con không muốn nói chuyện với giáo viên, bạn có thể nói: "Những học sinh đến gặp giáo viên (mẹ biết chuyện này rất khó) sẽ tốt hơn (mẹ biết chuyện này rất khó) vì giáo viên biết rằng chúng quan tâm đến việc học hành (mẹ biết chuyện này rất khó)." Thậm chí nếu con bạn hoàn toàn từ chối việc nhờ người lớn giúp đỡ, bạn hãy gieo một khả năng vào tâm hồn chúng. Đến năm thứ nhất hoặc thứ hai đại học, hạt giống đó có thể sẽ bắt đầu nảy mầm.

Tin tưởng vào các kỹ năng giải quyết vấn đề của bọn trẻ

Khi trẻ mới lớn gặp khó khăn, cha mẹ rất dễ nhảy vào can thiệp, vì chúng ta có kinh nghiệm hơn chúng. Chúng ta cho rằng mình biết chính xác cách giải quyết tình huống đó với ít tổn hại nhất cho tất cả các bên liên quan. Trước khi bạn bắt tay vào hành động, hãy để bọn trẻ khiến bạn ngạc nhiên với những nguồn lực của mình. Có rất nhiều vấn đề khiến cha mẹ phiền não sẽ tự được giải quyết nếu bạn tin rằng con bạn có thể xử lý được. Đây là một tình huống điển hình:

Hai ngày sau khi mua xe mới, Gabe gọi điện cho mẹ. "Con hoàn toàn mất phương hướng rồi", cậu bé nói. "Xe con gần hết xăng và

con nghĩ nơi con đang ở có vẻ không ổn lắm.”

Mẹ Gabe – Sheila nói: “Không sao đâu, con bình tĩnh lại đi. Hãy lái xe đến ngã tư gần nhất, tấp vào lề đường và nói cho mẹ biết tên đường. Khóa cửa xe cẩn thận vào. Bố mẹ đang đi chiếc xe thể thao đa dụng, con biết nó an toàn thế nào rồi mà – nó giống như một chiếc xe tải chống đạn vậy – và mẹ sẽ lái xe đưa con về trong khi bố đưa xe con đến trạm xăng và đổ xăng.”

Khi ngồi trong xe cùng mẹ, Gabe nói với mẹ rằng: “Con đã nói với mẹ là con cần một chiếc iPhone có GPS[(3)]!”. Ngày hôm sau Sheila liền mua cho cậu bé một chiếc.

Sheila hoàn toàn có ý tốt nhưng cô đã lập tức nhảy vào giải cứu Gabe mà không hề nghĩ đến chuyện liệu cậu bé có khả năng tự cứu mình trước hay không. Trong tình huống đó, Sheila có thể làm thế này:

Sheila (hít một hơi thật sâu): Mẹ không biết liệu những người ở trường dạy lái xe đã nói với con rằng nếu xe hết xăng hoàn toàn thì động cơ của xe có thể bị hỏng chưa. Con cần phải đến trạm xăng trước khi về nhà.

Gabe (hét lên phẫn nộ): Mẹ, con đã bảo mẹ con cần có một chiếc điện thoại có GPS rồi mà.

Hai mươi phút sau Gabe về đến nhà. Bình xăng đã đầy.

Mẹ: Chào Gabe, thật tốt khi thấy con về. Mọi chuyện thế nào sau khi chúng ta nói chuyện điện thoại vậy?

Gabe: À, con hỏi thăm xem trạm xăng ở đâu. Sau đó con hỏi những người ở trạm xăng xem đường ra đại lộ đi như thế nào và con cũng nhớ ra là mình có một chiếc bản đồ trong xe.

Dạy bọn trẻ mới lớn phát triển các kỹ năng trong cuộc sống và sự thông minh trên đường phố – hệ thống định vị toàn cầu bên trong chính con người chúng – đòi hỏi sự giúp đỡ vô cùng lớn của *bitachon* – niềm tin vào Chúa và những đứa con của Chúa. Trong trường hợp này, niềm tin có nghĩa là bạn chủ động và có trách nhiệm trong việc mình làm, để đưa ra lời khuyên và trợ giúp bọn trẻ, nhưng chỉ thế thôi.

Điều đó cũng có nghĩa là nếu con không giải quyết một vấn đề tốt như bạn đã kỳ vọng, đừng phán xét hậu quả do chúng gây ra. Hãy có niềm tin rằng thông qua trải nghiệm này, con bạn có thể khai thác được những giá trị trong nó cũng như cho tương lai.

Phân biệt được đâu là những tình huống được phóng đại

Khi mới nghe câu chuyện về hệ thống định vị toàn cầu GPS, tôi đã nghĩ về việc Sheila hành động dựa trên phán đoán rằng cuộc sống của con trai cô đang lâm vào tình trạng nguy hiểm khẩn cấp trong khi thực ra Gabe là một cậu con trai cao lớn, khỏe mạnh và chỉ đi quanh quẩn không xa nơi mình ở lắm. Làm sao cha mẹ có thể phân biệt được giữa một cơn khủng hoảng thật sự cần đến sự can thiệp tức thì và một tình huống chỉ đơn giản là không thoải mái mà thôi?

Với bọn trẻ nhỏ hơn, tôi đã khuyên cha mẹ nên chia cấp bậc các “tình huống khẩn cấp” thành ba loại: khi máu chảy nhanh, khi đứa trẻ bị sốt cao và khi bị gãy xương. Với trẻ vị thành niên, bạn biết mình đang rơi vào tình huống khẩn cấp khi cách hành động đúng đắn nhất là gọi 911. Cháy nhà? Tai nạn xe hơi? Bị tấn công? Ngộ độc rượu? Bạn phải can thiệp ngay. Hãy làm những gì cần làm và kêu gọi sự giúp đỡ mà không cần phải lưỡng lự gì hết. Nhưng cũng phải làm rõ rằng bọn trẻ có thể luôn gọi ngay cho bạn với những tình huống gần đến mức phải gọi 911: Nếu người duy nhất lái xe đưa chúng về nhà là một kẻ say rượu, nếu bị đám bạn nghịch ngợm ném vào một khu xa lạ vào ban đêm, nếu bị đứt chân khi đang khiêu vũ bằng đôi chân trần trong sân sau nhà bạn gái.

Khi bọn trẻ nài nỉ bạn đến giải cứu chúng khỏi một tình huống trớ trêu nhưng yếu tố nguy hiểm không rõ ràng, hãy để ý giọng nói và thái độ của chúng. Khi con người thật sự lâm vào những tình huống nguy hiểm – các cuộc ném bom ở London trong Thế chiến thứ hai, vụ động đất kinh hoàng ở Nam California hay một vụ đụng xe nghiêm trọng – họ trở nên nín lặng và chết đứng. Giọng nói của họ thấp xuống. Máu chảy trên mặt họ và họ tái hết cả mặt mũi. Họ không phóng đại. Nhưng khi con người thổi phồng một tình huống để tăng phần kịch tính, họ sẽ hành động ngược lại. Họ phóng đại mọi thứ, họ la hét, mặt họ đỏ gay, họ nói nhiều, họ chạy ngược chạy xuôi. Nếu con bạn đang hét lên trong điện thoại với giọng cường điệu, hãy nghĩ đến khả năng là có thể mọi chuyện không đáng sợ như cậu bé tưởng vào lúc này. Nhưng nếu cậu bé nói bằng giọng buồn thảm hoặc nín lặng, hãy cân nhắc liệu cậu bé có thể đang cần sự giúp đỡ của bạn dù nó không trực tiếp nói ra điều đó.

Khi bọn trẻ tự tạo ra vấn đề, hãy để chúng nếm trải hậu quả

Sự đau khổ cần thiết không có nghĩa là đặt ra rào chắn giữa bọn trẻ và những người hoặc tình huống có thể gây rắc rối cho chúng. Tốt nhất là chúng ta nên để bọn trẻ nếm trải đầy đủ hậu quả của những vấn đề do chính bản thân chúng tạo ra cho mình. Đây là một câu chuyện vô cùng thú vị tôi được nghe từ một vị hiệu trưởng:

> *Jake là một cậu bé học lớp Mười một khỏe mạnh, cậu rất thích ném chìa khóa xe của mình lên mái các tòa nhà trong trường và lắng nghe tiếng lách cách vui tai khi chúng rơi xuống hành lang bên dưới. Chuyện này vẫn tiếp diễn cho đến khi cú ném không may khiến chiếc chìa khóa mắc kẹt trên mái nhà.*
>
> *Jake vội lao đến văn phòng thầy hiệu trưởng để trình bày tình huống của mình: "Thầy McIntyre, chùm chìa khóa xe của em đang ở trên mái nhà. Thầy có thể gọi đội bảo trì đến để họ dựng thang và lấy chúng xuống được không? Em có buổi tập vào lúc bốn giờ."*

Thầy McIntyre trả lời mà mắt vẫn không rời khỏi bàn làm việc của mình. “Không thể làm thế được. Giờ không phải là thời gian làm việc của đội bảo trì. Nhưng đến mùa xuân họ sẽ làm sạch ống máng nước mưa. Thầy chắc rằng khi ấy họ sẽ tìm thấy chùm chìa khóa của em.”

“Nhưng thầy ơi, đây không phải chuyện đùa đâu ạ. Em ở trong đội hình xuất phát. Và em vừa nhìn thấy chú Pete làm việc gần nhà kho vài phút trước thôi. Thầy làm ơn đi, thầy gọi chú ấy giúp em với?”

Khi thầy McIntyre lịch sự từ chối, Jake liền gọi cho bố cậu. Trước sự cáu kỉnh của Jake, bố cậu phá lên cười. “Thầy McIntyre dũng cảm hơn bố nhiều”, ông nói. “Bố tin chắc là con có thể làm được điều gì đó, đúng không?”.

Cuối cùng thì thầy McIntyre cho Jake mượn chìa khóa của kho bảo trì. Jake đã mở khóa nhà kho, trèo lên chiếc thang cậu tìm thấy ở đó và vừa cằn nhằn vừa vô cùng căng thẳng, cậu đã lấy được chùm chìa khóa. Cậu đến buổi tập muộn và huấn luyện viên phạt cậu bằng cách gạt cậu ra khỏi đội hình chính trong trận đấu chiều thứ Sáu. Theo những gì thầy McIntyre được biết, sau đó Jake không bao giờ chơi trò ném chìa khóa nữa.

Tôi thích kể lại câu chuyện này không chỉ vì nó là minh chứng cho thấy phụ huynh ủng hộ quyết định của người quản lý ở trường học và còn vì bố Jake đã đúng: Cha mẹ cần phải cứng rắn để bọn trẻ nếm trải hậu quả do những quyết định sai lầm của mình. Rất nhiều trẻ vị thành niên, đặc biệt – nhưng không chỉ – là các cô bé coi cuộc sống như một nhà hát và chúng sẽ khéo léo phân cho bạn vai diễn là người chu cấp. Nếu bạn không diễn đúng vai bằng cách giải cứu chúng khỏi sự lười biếng hoặc thiếu suy nghĩ hoặc bất cứ rắc rối nào chúng vướng vào, bạn sẽ có nguy cơ được phân cho vai phản diện – vô trách nhiệm, vô tâm hoặc phủ nhận một cách nhẫn tâm về tính khẩn cấp của tình huống chúng đang gặp phải:

Mẹ không hiểu được bài luận này quan trọng thế nào đâu. Nó quyết định đến một nửa xếp hạng cuối kỳ ấy mẹ ạ. Và cô Nash thì là một giáo viên tệ. Ai cũng biết điều đó. Cô ấy chẳng giải thích gì cả. Và thậm chí con không thể học được chút nào vào cuối tuần trước vì con còn phải diễn tập và bữa tiệc của Morgan vào thứ Bảy. Nếu con phải viết hết cả bài luận trong tối nay thì chắc chắn con sẽ không thể làm được, con biết vậy. Tất cả những gì mẹ cần làm là để con ở nhà vào ngày mai để hoàn thành bài luận đó. Mẹ có thể viết đơn xin nghỉ học cho trường và bảo rằng con bị ốm. Đó là việc đúng đắn phải làm thôi mà.

Các cậu bé lại sử dụng kỹ thuật khác. Chúng trưng ra những quả bom xúc phạm gây sốc và chính đáng:

Bọn con không biết tại sao cái lưới bóng chuyền lại bốc cháy. Con không hiểu tại sao người quản lý của công viên lại muốn MacKenzie và con phải đền tiền mua một cái lưới mới để thay thế. Họ nên đặt biển cảnh báo hoặc thứ gì đó lên nó.

Hoặc đơn giản thế này:

Tên gọi của nó là "Hãy ăn trộm cuốn sách này" nên con đã ăn cắp nó.

Trong khi việc cố gắng vượt qua những hậu quả khó chịu do sự trì hoãn hoặc thiếu suy nghĩ là tiêu chuẩn luyện tập của bọn trẻ mới lớn thì trách nhiệm của cha mẹ là phải kháng cự lại điều đó. Nếu bạn đóng vai trò là luật sư biện hộ cho bọn trẻ, bạn đang ngăn chặn một quá trình rất có giá trị với chúng. Bạn đã tước đi cơ hội ngẫm nghĩ, ăn năn, hối tiếc và nhận ra lần sau mình sẽ không làm như thế nữa.

Bố một người bạn của tôi thường nói với năm đứa con của mình rằng: "Chà, bố thấy lần này con đã rơi vào một tình huống khó

khăn thú vị đấy. Xem con sẽ thoát ra khỏi tình huống này như thế nào." Cả tình huống khó khăn và giải pháp đều là của bọn trẻ chứ không phải của cha mẹ. Với tinh thần tôn trọng khách quan, chúng ta đang cho bọn trẻ một quyền rất cơ bản của con người – học hỏi từ những sai lầm của bản thân khi chúng vẫn còn ở nhà và trước khi bước ra thế giới rộng lớn ngoài kia.

Nhưng điều đó quá nguy hiểm!

Làm sao bạn có thể tránh không nhảy vào cứu bọn trẻ thoát khỏi những vấn đề rắc rối và để chúng có đủ tự do mắc những sai lầm, thậm chí là những sai lầm lớn?

Để nghiên cứu về vấn đề này, tôi thường bắt đầu bài nói chuyện của mình bằng cách hỏi khán giả về chính những trải nghiệm ở thời kỳ mới lớn của họ: *Khi còn ở tuổi vị thành niên, có bao nhiêu người trong số các bạn được phép ra ngoài buổi tối mà bố mẹ không biết các bạn đi đâu?* Hầu hết các cánh tay đều giơ lên.

Và có bao nhiêu người trong các bạn đã làm những chuyện mà bố mẹ không bao giờ biết được?

Gần như tất cả mọi người đều giơ tay. Khán giả đều bật cười.

Và đến bây giờ vẫn không biết?

Phản ứng vẫn vậy.

Tôi thấy quý vị đều đã sống sót. Quý vị có vui không?

Mọi người gật đầu và mỉm cười.

Sau đó tôi hỏi họ có bao nhiêu người trong số họ cho phép con cái ra ngoài – dù là đi bất kỳ đâu, vào bất kỳ lúc nào mà họ không biết chúng ở đâu không. Không có cánh tay nào giơ lên cả.

Ngày nay chúng ta thấy những trò nghịch ngợm láu cá và phiêu lưu mạo hiểm của mình ngày xưa đã trở nên lỗi thời. Tôi đã nói chuyện với các bậc phụ huynh về những câu chuyện ly kỳ khi họ ở tuổi mới lớn và họ cười toét miệng với niềm tự hào khi họ miêu tả lại việc nằm trên đường ray xe lửa, trốn học, nói dối về nơi mình ở hay vô tình làm nổ tung cả một góc gara… nhưng sau đó họ bảo: Ồ, chắc chắn rồi, những chuyện đó không thành vấn đề trong một thế giới đơn giản hơn, ngày xưa ấy, chứ không phải bây giờ. Giờ đây thế giới nguy hiểm hơn rất nhiều.

Nếu bạn tước đoạt tự do của bọn trẻ, dù đó là sự tự do để làm những chuyện ngốc nghếch sau lưng bạn – chẳng hạn như nằm trên đường ray xe lửa và vênh váo về chuyện đó - thì sẽ dẫn đến những hậu quả tất yếu. Bọn trẻ không chỉ mất cơ hội được phấn khích và phiêu lưu mạo hiểm một chút, mà chúng còn bỏ lỡ cơ hội quan trọng để phát triển óc phán đoán. Hiệu trưởng và các sinh viên năm thứ ba, thứ tư của các trường đại học – những người đã nói chuyện về chủ đề “làm sao có thể trụ lại trường đại học” với các tân sinh viên đã nói với tôi rằng đối tượng khiến họ lo lắng nhất là những đứa trẻ được bao bọc một cách thái quá khi học trung học. “Ai là người dễ vướng vào tất cả các thể loại rắc rối nhất?” – một vị hiệu trưởng đại học nói với tôi. “Chính là đứa trẻ luôn bị dõi theo từng khoảnh khắc trong cuộc đời mình, là đứa trẻ chưa từng uống ly rượu nào, chưa từng phạm luật, chưa từng được phép ra khỏi nhà mà không mang theo điện thoại di động”. Chúng dễ dàng sa vào những chuyện liều lĩnh và nguy hiểm vì chúng chưa từng biết chuyện gì sẽ xảy ra khi chúng mắc phải những sai lầm nhỏ hơn.

Biết ơn những trải nghiệm

Khi các bậc cha mẹ nói với tôi rằng: “Thế giới đã thay đổi. Trước đây nó an toàn hơn nhưng giờ thì chúng ta chẳng còn cơ hội nào nữa”, tôi thường trả lời họ bằng chính câu chuyện thời trẻ của mình:

Vào một ngày tháng Tám, mùa hè năm ấy tôi mới là tư vấn viên cho trại hè, bạn tôi là Patty và tôi đứng ở ven một con đường vùng nông thôn, giơ ngón tay lên ra dấu xin đi nhờ. Sau khi chờ đợi một vài phút lâu hơn bình thường để đi nhờ xe, chúng tôi lưỡng lự một chút trước khi lên một chiếc xe của một anh chàng. Chúng tôi có để ý thấy trên xe còn có thêm ba cậu con trai nữa không? Không, chúng tôi không hề để ý. Chúng tôi có nhận thấy rằng có thể ngửi thấy mùi bia ngay từ nơi chúng tôi đang đứng không? Chúng tôi cũng chẳng suy nghĩ nhiều về điều đó. Đó là ngày nghỉ của chúng tôi. Trời rất nóng. Chúng tôi có thể mua những cốc sữa trứng khuấy bơ đậu phộng mát lạnh ở quán Dairy Den trong thị trấn. Chỉ là đi nhờ xe thôi mà. Khi anh ta lái xe đến một con đường hẻo lánh đầy gió, Patty lên tiếng hỏi về đường đi.

"Đây là đường tắt", anh ta nói.

Và tất cả lũ con trai cùng phá lên cười.

Tôi liền ôm lấy đầu của Patty ngả vào lòng mình và nói "Ôi trời ơi, cô ấy lại thế nữa rồi. Hãy mở hết cửa xe ra đi. Đôi khi không khí thoáng mát sẽ tốt hơn cho cô ấy. Khi vai cô ấy cứ run lên như thế này thì thường đã quá muộn mất rồi. Vì đường quanh co quá. Chúng luôn khiến cô ấy phát ốm. Xe bố tôi vẫn chưa hết mùi cô ấy ói ra, có thể là sẽ chẳng bao giờ hết được luôn."

Các anh chàng liền mời chúng tôi xuống xe và phóng vụt đi. Tôi chắc rằng họ đã nói chuyện trên suốt đường về nhà về việc họ đã thoát khỏi chúng tôi trong gang tấc như thế nào. Còn chúng tôi thì đi bộ quay lại trại hè và lặp đi lặp lại câu "Ôi trời ơi".

Là một nhóm, chúng tôi đã tự cứu bản thân mình khỏi chuyện có tiềm năng trở thành cơn ác mộng. Patty xác định phương hướng rất giỏi – tôi thì chẳng biết con đường nào đến và đi khỏi thị trấn, còn tôi thì có khả năng ứng biến. Thực ra Patty chưa bao giờ bị say xe cả. Ngày hôm ấy chúng tôi đã phát huy kỹ năng của mình và trưởng thành hơn một chút. Chúng tôi đã quá ngây thơ và sơ suất khi lên xe và đã khôn ngoan hơn khi xuống xe. Chúng tôi đã học được một bài học từ sai lầm đó.

Tôi không cổ vũ các bạn đi tìm một chương trình có tên gọi "Những cuộc phiêu lưu lên núi Adirondack[4] bằng việc xin đi nhờ xe" để làm phong phú thêm trải nghiệm mùa hè của con bạn. Chắc chắn là chẳng có người lớn nào trong cuộc sống của tôi lại cho phép tôi đi nhờ xe nếu họ biết điều đó. Nhưng Patty và tôi đã có được thứ mà hầu hết bọn trẻ bây giờ không có: sự tự do để mắc một sai lầm quan trọng, để nhận ra mình đang rơi vào một tình huống nguy hiểm và sau đó là tự cứu mình bằng việc cùng hành động và tư duy thật nhanh.

Đúng vậy, thế giới đã thay đổi, nhưng không nhiều đến thế. Điều đã thay đổi là khi Patty và tôi là các tư vấn viên, cha mẹ chúng tôi không còn thói quen liên tục kiểm tra thư điện tử để cập nhật về những kẻ lạm dụng tình dục sống trong hoặc gần vùng cắm trại hay nhắn tin đi nhắn tin lại với con mình về lịch trình của ngày hôm đó. Thay vào đó, bố mẹ chúng tôi chỉ thả chúng tôi ở trại hè sáu tuần, với rất ít chỉ thị và có một quãng thời gian vui vẻ. Đó chính là hành động có *bitachon* – niềm tin vào Chúa.

Hãy dành một phút để nhớ lại chính tuổi trẻ của bạn: Hội bạn bạn chơi cùng, những luật lệ bạn phá bỏ, những nơi bạn đi chơi, những chuyến đi mờ ám, những bí mật và những lời nói dối. Hãy nhớ đến những lần suýt gặp chuyện không hay và bạn đã học được cách phân biệt giữa những người bạn hấp dẫn và bạn xấu, giữa một trò vui thú vị và hành vi phạm pháp, giữa việc lười biếng và bị điểm kém thật sự cũng như tất cả các tình huống mà bạn tự nói với bản thân mình rằng: "Trời ơi, suýt nữa thì chết, mình sẽ không bao giờ làm như thế nữa." Bạn đã trưởng thành và khôn ngoan hơn. Giờ bạn ở đây, sau hàng thập kỷ, một con người gần như luôn vững vàng, ngồi thoải mái trong một căn phòng sáng sủa và đang đọc một cuốn sách làm cha mẹ.

Giờ thì đã đến lúc cho con bạn một cơ hội để tự đặt ra những giới hạn cho chính bản thân mình, cũng như bạn ngày trước vậy. Đúng vậy, bọn trẻ mới lớn rất ngây thơ và thiếu thực tế nên cha mẹ phải giúp chúng biết đánh giá và giải quyết được các mối nguy hiểm. Nhưng học thông qua trải nghiệm vẫn là phương pháp tốt nhất và

cách duy nhất giúp con bạn học được là chúng được phép có trải nghiệm. Nếu chúng ta dựng các tấm biển "nguy hiểm/ tránh xa" trước các tình huống thông thường trong cuộc sống của trẻ vị thành niên, chính chúng ta đang tạo ra một mối nguy cho con mình: sự nguy hiểm của việc sợ hãi quá mức.

Hội chứng thế giới đầy rẫy hiểm họa

Tôi đã gặp rất nhiều cha mẹ đồng ý với nhu cầu tự do của bọn trẻ về mặt nguyên tắc nhưng vẫn bị tê liệt bởi nỗi lo về những mối nguy hiểm trong thế giới hiện đại ngày nay. Họ lập luận rằng ngày nay, bọn trẻ mới lớn ra đường muộn một lúc có thể sẽ không bao giờ quay trở lại nữa, chúng có thể bị bọn quấy rối bắt cóc, các cậu bé mê những trò chơi điện tử bạo lực đang hình thành nên một Dylan Klebold[5] bên trong mình, còn các cô bé học phổ thông mặc những chiếc quần jean cạp trễ đang quan hệ tình dục bằng miệng với các cậu chàng bên dưới gầm bàn trong các quán bar của người Do Thái và mọi bước đi trong rừng đều dẫn thẳng tới bệnh Lyme[6].

Tất cả những mối lo này đều có thể xảy ra nhưng không phải lúc nào cũng vậy. Chúng ta rất khó tránh được việc lo lắng về những chuyện ít có khả năng xảy ra nhưng được thêu dệt quá đà vì có rất nhiều câu chuyện phong phú trên các phương tiện thông tin đại chúng. Hoạt động, virus và mối đe dọa nào càng sống động, tàn bạo, khiêu dâm và có tiềm năng gây tai họa, thì lại càng có nhiều người nhảy vào tham gia. Nỗi sợ hãi luôn thuyết phục và những hình ảnh cùng câu chuyện lại khiến mối nguy hiểm càng trở nên thật và gần hơn. Cái giá chúng ta phải trả cho việc tập trung quá nhiều vào những khả năng xấu là thứ mà nhà nghiên cứu Geogre Gerbner của trường Đại học Pennsylvania gọi là "hội chứng thế giới nguy hiểm". Gerbner nhận ra rằng càng xem nhiều tin tức trên tivi và các phương tiện truyền thông, con người càng cảm thấy bất an và dễ tổn thương, họ càng trầm lặng khi chuẩn bị đi ra khỏi nhà, đặc biệt là vào buổi tối và càng sợ gặp những người lạ. Đó là sự đầu độc. Tin tức không chỉ là cánh cửa sổ của thế giới mà nó chính là cả thế giới.

Tivi không phải là phương tiện duy nhất khiến chúng ta bao bọc con cái mình thái quá. Các tạp chí, đài phát thanh, mạng Internet rồi bạn bè và người thân hay lo lắng – tất cả đều cho chúng ta những thông tin để từ đó, chúng ta tưởng tượng ra những mối nguy hiểm sẽ xảy đến với bọn trẻ. Tôi từng theo dõi một dịch vụ do cảnh sát địa phương cung cấp có tên là "cảnh sát trực tuyến", chương trình này lúc nào cũng cảnh báo tôi rằng khu tôi sống có rất nhiều tội phạm. Khi nhận ra thông tin này khiến tôi luôn cảm thấy lo lắng trong một khu dân cư mà tôi biết là theo thống kê, nó rất an toàn, tôi không theo dõi tin tức cập nhật trong e-mail nữa. Nhưng đúng là khó lòng mà cảm thấy không lo lắng được. Dù không có chương trình cảnh sát trực tuyến này, bạn mở hòm thư điện tử của mình ra và nhận thấy người mẹ hoặc người dì, hoặc một người bạn quá mức cảnh giác của bạn đã chuyển tiếp cho bạn một lời cảnh báo về những hiểm họa tiềm tàng của việc đỗ xe ở những nơi công cộng, về việc chơi bóng đá ảnh hưởng đến cấu trúc xương đang phát triển của trẻ vị thành niên, về việc không thuê một chuyên gia tư vấn trường đại học riêng. Bạn sẽ dừng bất cứ việc gì mình đang làm dở để đánh giá thông tin: Đây chỉ là lời đồn đại trong thành phố hay một phát hiện chính xác của khoa học? Thổi phồng quá mức hay hợp lý? Mình có nên thuê gia sư, cấm bọn trẻ đá bóng hay không cho chúng đến những điểm đỗ xe vào buổi tối?

Cổ ngữ của người Do Thái có một cụm từ riêng để miêu tả người đi lan truyền những chuyện tầm phào về những việc đáng lo ngại: *sorgen meister* – chuyên gia buôn chuyện. Họ tiêm nhiễm nỗi sợ hãi vào tâm trí người khác, họ khiến tôi nhớ đến những người do thám trong Kinh Thánh đã báo cáo về những mối hiểm họa khi mạo hiểm tiến vào Đất Hứa, tôi cũng từng nhắc đến câu chuyện này trong cuốn *Dạy con kiểu Do Thái: Sự may mắn của cái đầu gối bị trầy xước*. Sau khi tiến vào sa mạc, thánh Moses đã phái một đội do thám gồm 12 người đi kiểm tra vùng lãnh thổ phía trước. Các do thám viên trở về và báo cáo rằng đúng vậy, vùng đất ấy tràn ngập sữa và mật ong nhưng bốn bề đều có kẻ thù vây xung quanh. Khi họ kể lại câu chuyện của mình, mối nguy hiểm bắt đầu nảy sinh. Kẻ thù rất cao lớn và khỏe mạnh khủng khiếp: "Trông chúng tôi như những con châu chấu bên cạnh chúng!", các do thám viên nói. Và mảnh

đất! “Nó ăn tươi nuốt sống những người sống ở đó!”. Chẳng có gì nghi ngờ khi tất cả mọi người đều cất cao giọng với thánh Moses và khóc lóc: “Chúng tôi muốn quay trở về Ai Cập!”.

Khi dắt bọn trẻ đi từ thời thơ ấu đến tuổi vị thành niên, bạn đang tiến vào một vùng đất mới. Bạn đang nói lời chào tạm biệt với thế giới của những chiếc chuông cảnh báo khi trẻ khóc, những chiếc kéo an toàn, lịch chơi trò chơi và (hầu hết) các trò chơi cả gia đình cùng tham gia – một thế giới liên tục cần đến sự góp mặt của bố mẹ. Con bạn cần trải nghiệm thế giới mới mẻ của thời kỳ vị thành niên mà không có bạn, và sự thay đổi lãnh địa này có thể khiến tương lai dường như trở nên thật nguy hiểm. Nó đòi hỏi sự dũng cảm để tiến lên phía trước. Các bậc cha mẹ có trách nhiệm nhận thức được điều này, họ theo kịp được các sự kiện và xu hướng. Trong thế giới phức tạp và thay đổi nhanh chóng của chúng ta, việc phủ nhận là quá ngây thơ và nguy hiểm. Việc lo lắng là hoàn toàn đúng đắn. Nhưng việc có quá nhiều thông tin về mọi mối nguy hiểm có thể xảy đến khiến bạn khó lòng trở thành người lãnh đạo vững vàng, điềm tĩnh mà bọn trẻ cần để trở thành người lớn. Nếu bạn mắc hội chứng thế giới đầy rẫy, bạn chỉ đang nhìn thấy một cái nhìn méo mó về hiện thực và bạn sẽ trở nên quá mức sợ hãi để bọn trẻ mắc những sai lầm cần thiết để vươn tới sự trưởng thành.

Liều thuốc giải cho hội chứng thế giới đầy rẫy hiểm họa là bạn nên hạn chế tiếp xúc với các chương trình tin tức giật gân, các bài viết trên mạng Internet và các lời cảnh báo trên thư điện tử. Nếu những người sống quanh bạn khiến bạn thêm sợ hãi, hãy tìm đến các bậc phụ huynh điềm tĩnh hơn ở trường học hoặc nơi bạn sống. Hãy tìm các bậc phụ huynh đã nuôi dạy con qua thời kỳ mới lớn. Nếu bạn lo lắng không biết hoạt động cụ thể nào đó có an toàn với bọn trẻ không, hãy hỏi họ. Các bậc cha mẹ này đã trải qua rất nhiều sự kiện quan trọng và cơn khủng hoảng, họ sẽ có quan điểm sáng suốt hơn. Giống như những người Do Thái trong sa mạc bỏ hoang, họ đã phàn nàn, chịu đựng và sống sót – và cuối cùng đã được tưởng thưởng. Hãy hỏi những chuyên gia này xem họ đã để con mình làm những việc này ở độ tuổi nào:

- Được thoải mái tiếp cận các trang web trên Internet.
- Đi từ điểm A (phố mua sắm) đến điểm B (Cửa hàng bánh kếp) mà không phải gọi cho họ trước.
- Đến dự tiệc ở những nhà hoặc gia đình mà chúng không biết (Và liệu chúng có gọi cho bố mẹ trước không?)
- Đi chơi đến nửa đêm, hoặc 2 giờ sáng, hoặc qua đêm luôn.
- Đi du lịch đường dài
- Tham dự các buổi hòa nhạc hoặc lễ hội âm nhạc mà không có người lớn đi kèm

Hãy sử dụng những câu trả lời của họ, nhưng đừng dừng lại ở đó. Môi trường hàng ngày của bọn trẻ – ở nhà, đến trường học, các hoạt động khác – là những phòng thí nghiệm tự nhiên để kiểm tra óc phán đoán và sự trưởng thành của chúng. Trước khi bạn quyết định bạn sẽ để chúng tự do đến mức nào, hãy suy nghĩ về những dấu hiệu sẽ xuất hiện trong những phòng thí nghiệm này:

- Con bạn sử dụng công nghệ như thế nào: các trang mạng xã hội, soạn thảo văn bản, nhắn tin trò chuyện, lướt web và tải xuống các tài liệu an toàn và phù hợp?
- Con bạn có quan tâm đến việc làm bài tập về nhà không?
- Con bạn có trách nhiệm khi tiêu tiền không?
- Khi ra khỏi nhà, con bạn cư xử như thế nào? Hãy tạm quên đi cách nó đối xử với bạn hoặc anh chị em của mình. Nói chung thì nó có lịch sự và tôn trọng họ hàng, bạn bè của bạn và những người như bồi bàn, nhân viên bán hàng hay thu ngân hay không?
- Con bạn có trách nhiệm với những đồ vật có giá trị hay không? Nó có liên tục làm mất điện thoại di động không? Liệu điện thoại

của nó có phải hứng chịu những rủi ro liên quan đến nước một cách bí hiểm không? Nó có treo chiếc áo khoác rất đẹp mà ông nội mua cho nó không? Nó có thay những chiếc dây đàn guitar đã bị hỏng không?

- Con bạn xử lý như thế nào trong những tình huống trong quá khứ khi bị lôi cuốn vào những hành động gây rối?

Việc sử dụng trí thông minh và sức lực của mình vào những chủ đề này không có nghĩa là bạn đang vượt quá trách nhiệm làm cha mẹ của mình. Xác định cho con tự do đến đâu là đủ cũng không kém phần quan trọng so với việc cân nhắc lợi và hại của việc chọn bác sỹ chỉnh nha hay khóa học chuẩn bị cho kỳ thi SAT phù hợp.

Mặt trái của sự tận tâm

Đừng lùi lại phía sau, xác định tỷ lệ hợp lý và luôn thay đổi giữa tự do và hạn chế, giữa việc tư vấn một cách khôn ngoan và chủ động trợ giúp chưa bao giờ là chuyện dễ dàng. Nhưng cha mẹ - những người kéo dài việc tháo gỡ rắc rối cho bọn trẻ mới lớn phải tự vấn lại bản thân mình một chút. Mặc dù việc bao bọc thái quá có thể xuất hiện từ tình yêu mù quáng, nó cũng có thể xuất hiện khi chính những nhu cầu về mặt tình cảm của cha mẹ khiến họ tìm kiếm một mối quan hệ tình cảm đặc biệt với bọn trẻ. Đó là khi bố mẹ được cảm nhận rằng con cái cần đến mình. Những nhu cầu tình cảm này rất sâu sắc, nhiều tầng lớp và không phải lúc nào chúng ta cũng nhận thấy. Nhưng hậu quả của chúng lại rất rõ ràng. Khi bọn trẻ cảm nhận rằng ông bố/ bà mẹ luôn bao bọc mình thái quá đang cảm thấy cô đơn, vô dụng, nhàm chán hoặc hoang mang, chúng sẽ tin rằng bố mẹ *cần* mình phụ thuộc vào bố mẹ. Ẩn sau thông điệp “Con không thể đối mặt với chuyện gì nếu không có bố mẹ” là “Bố mẹ không thể đương đầu với mọi chuyện nếu không có con”.

Khách hàng Lynn của tôi lớn lên và lập gia đình ở một thành phố nhỏ, nơi cô làm việc cho một công ty thiết kế nội thất có quy mô nhỏ và thân thiện. Khi chồng Lynn nhận được lời mời đến làm một

công việc có thu nhập cao hơn ở một bang khác, cả gia đình chuyển tới ngoại ô của một thành phố lớn.

Ở đây, Lynn tự mở công ty của riêng mình, nhưng công việc tiến triển khá chậm. Các khách hàng đến tìm cô giàu có hơn, đòi hỏi cao hơn và Lynn miêu tả họ "lạnh lùng hơn" các khách hàng ở thị trấn trước kia nơi cô ở. Cô cảm thấy cô đơn và xa cách trong chính nơi làm việc tại nhà của mình ở vùng ngoại ô này – nơi cô không hề thích việc phải lái xe suốt con đường dài, tăm tối một mình vào buổi tối.

Trong khi đó, con gái của cô là Jenna học lớp 9 - lại phải đối mặt với rất nhiều thử thách của riêng mình. Là học sinh mới, cô bé rất rụt rè và cảm thấy mình như người vô hình. Một người bạn học của cô - Morgan đã chọn Jenna là mục tiêu. Morgan lừa Jenna phải làm tất cả công việc mà lẽ ra là của cả một nhóm dự án khoa học, công khai chế nhạo cô ở trường, đăng những tấm ảnh Jenna đang thay đồ thể dục lên Facebook, gọi điện cho Jenna và thuyết phục cô bé nói ra tên người mà cô thích rồi sau đó tiết lộ rằng chính cậu ta cũng đang bí mật nghe được cuộc gọi này. Khi Jenna vừa khóc nức nở vừa kể cho mẹ nghe những chuyện đã xảy ra, Lynn quyết tâm không để Jenna yếu đuối phải đối mặt với "cô gái xấu tính" này nữa. Cô cho rằng hành động công bằng nhất của trường học là chuyển Jenna sang một lớp khác và đình chỉ việc học của Morgan vì sự độc ác của cô bé.

Giờ thì mọi thứ đã thay đổi. Lynn lúc nào cũng bận rộn. Cuộc sống của cô có rất nhiều nhân vật mới: Ông hiệu trưởng côn đồ cho rằng vấn đề đã khép lại sau khi Morgan chịu xin lỗi, cô giáo nhẫn tâm gợi ý rằng Jenna nên học thêm một vài kỹ năng về sự quyết đoán, gia đình một người bạn hào phóng đề nghị giúp Lynn khởi kiện, chuyên gia trị liệu tâm lý thì đồng cảm với cô. Lynn ghi chép lại hoạt động của tất cả bọn họ với lòng nhiệt tình và sự hài hước đen tối[(7)]. Cô gọi Jeff – đang bận làm việc để anh có thể đến giúp cô đưa ra quyết định; vào buổi chiều, cô gọi điện cho em gái và thổi phồng mọi chuyện lên. Cô tính toán mọi đường đi nước bước như Tôn Vũ trong *Binh pháp Tôn Tử*[(8)] vậy.

Jenna cũng nhận ra điều gì đó. Mẹ cô không còn lúc nào cũng chăm chăm vào màn hình máy tính hay cằu nhàu với cô về chuyện làm bài tập về nhà nữa. Dường như mẹ cô vui vẻ hơn trước. Mẹ cô không còn quan tâm đến việc cô mới quen những bạn bè nào vì Lynn còn đang bận với những mối quan hệ của mình. Bà chính là nhân chứng buộc tội.

Sau một vài tuần, nhà trường đồng ý chuyển Jenna sang một lớp mới, phạt cấm túc Morgan và cô bé phải thực hiện các hoạt động công ích. Sau đó rõ ràng là mạng lưới xã hội mà Lynn vừa tham gia vào đã đổ vỡ. Ngôi nhà lại trở về trạng thái yên lặng. Hai tuần sau, Jenna về nhà và lại phàn nàn về việc bị người khác xúc phạm. Một cậu bé tên là Tyler đã nhìn bài cô bé trong kỳ thi Tiếng Anh và sao chép tất cả các câu trả lời của các câu hỏi trắc nghiệm. Lynn lại tiếp tục có động lực, bận rộn và có mục tiêu. Cô có một kế hoạch. Có thể so sánh các câu trả lời của Jenna với của Tyler và làm rõ việc gian lận này. Tyler không thể nào trả lời đúng hết các câu hỏi và nếu các lỗi sai của Tyler giống với của Jenna thì đó sẽ là bằng chứng! Cô lại có chuyện để lo nghĩ. Liệu có phải Jenna cố tình tạo ra rắc rối để xoa dịu sự cô đơn của mẹ mình? Các vấn đề của cô có có thể có rất nhiều nguyên nhân. Nhưng kết quả của nó thì rất rõ ràng. Những vấn đề của Jenna khiến tinh thần của mẹ cô bé khá hơn.

Khi nhu cầu sống có mục đích, sự gắn kết và làm được gì đó của chúng ta xung đột với những hành vi ngớ ngẩn và bản năng thích lao vào những chuyện rắc rối của bọn trẻ, chúng ta đang tạo ra sự phụ thuộc lẫn nhau. Với cha mẹ, công thức rất rõ ràng: Các vấn đề của bọn trẻ cho tôi một mục đích, khiến mối quan hệ giữa tôi và chúng gần gũi, gắn kết hơn, giúp tôi không còn phải nghĩ về chính những vấn đề của mình nữa.

Trong cuốn sách gây tranh cãi *Bằng chứng cho thấy bạn đang nghiện con mình* (Addiction Proof Your Child), Stanton Peele đã định nghĩa thói nghiện con là một hành vi lặp đi lặp lại, nó khiến bạn cảm thấy khá hơn nhưng thực ra nó đang làm hại bạn, là sự dựa dẫm vào những trải nghiệm mang lại “cảm giác nhanh chóng, chắc chắn

và dễ dàng có được sự hài lòng" nhưng lại "bảo vệ bạn khỏi những thách thức khác của cuộc sống và ngăn cản sự trưởng thành". Việc cha mẹ nghiện con rất có ý nghĩa vì chúng ta luôn có thói quen nổi giận, quấy rầy, thúc giục và yêu thương con cái, nhiều đến mức các kỹ năng khác trong cuộc sống của chúng ta bắt đầu thui chột dần. Nhưng khi chúng lớn hơn, chúng ta cũng già đi, và việc trông thấy chúng ngày một độc lập nhắc chúng ta nhớ rằng mình sẽ không sống mãi được. Chúng ta sẽ cảm thấy tốt hơn nếu chúng phụ thuộc vào mình. Đó là lý do chính xác vì sao việc để bọn trẻ tự do lại quan trọng đến vậy.

Hãy là người tư vấn chứ đừng là người phục vụ

Thách thức của việc làm cha mẹ là thúc đẩy được sự gắn bó tình cảm với tâm hồn thô ráp của bọn trẻ nhưng vẫn đứng cách khỏi sân khấu của chúng một chút. Chúng ta phải có lòng dũng cảm và sự khéo léo để vừa xa cách vừa vẫn gần gũi chúng. Nhịp điệu của mối quan hệ giữa cha mẹ và con cái thay đổi hàng ngày, có nghĩa là hôm nay bạn sẽ thành công thì bạn có thể gặp vấn đề vào ngày mai. Nó còn khó khăn gấp đôi vì bạn có những kẻ thù vô cùng mạnh mẽ: nền văn hóa hiệp sức chống lại bạn, bảo bạn lao vào chặn trước những tai họa và bản thân con bạn cũng thét lên đòi giúp đỡ hoặc cằn nhằn bảo bạn hãy để nó yên dù bạn biết chắc rằng nó đang cần được giúp đỡ.

Hãy mong rằng bạn sẽ phải băn khoăn. Hãy hy vọng rằng bạn sẽ bị mất ngủ. Hãy cố gắng hết sức có thể, việc xa cách chúng trong yêu thương có thể sẽ rất khó khăn bởi nó khiến bạn cảm thấy như thể bạn đang bỏ rơi bọn trẻ hay chính *bạn* đang bị bỏ rơi. Khi đó, hãy tìm kiếm sự khuây khỏa bằng cách bước ra khỏi vòng tròn xã hội nhỏ của bạn: tìm một người bạn hiểu biết, một huấn luyện viên đời sống, một chuyên gia trị liệu, một lớp học Kinh Thánh, một khóa học làm sushi hoặc chống lại chủ nghĩa hiện đại hoặc thêu, bất cứ công việc gì để xua tan những suy nghĩ tiêu cực và sự sợ hãi. Hãy tự nhắc bản thân mình hàng ngày – nếu phải làm vậy – rằng điều tốt nhất chúng ta có thể làm cho bọn trẻ không phải là vệ sĩ hay chuyên gia giải quyết vấn đề giúp chúng, mà là người biết lắng nghe một

cách tế nhị, cảm thông và bình tĩnh. Trong cuốn sách *Đại cương về Phật giáo Đại thừa (*Glimpses of Mahayana) được xuất bản năm 2001 của mình, Trungpa Rinpoche[9] cảnh báo về thứ mà ngài gọi là "sự thương cảm ngu ngốc" – chúng ta nuông chiều người khác vì chúng ta không thể chịu đựng được khi thấy họ đau khổ. Nếu chúng ta cho bọn trẻ thứ chúng muốn (một người phục vụ) thay vì thứ chúng cần (nhà tư vấn thông thái), chúng ta đang ngầm hủy hoại sức mạnh của chúng và khiến chúng trở nên phụ thuộc.

Sự may mắn của việc thức khuya: Dành thời gian để nghỉ ngơi và thư giãn

Một rabbi từng nói với tôi về một cuộc gọi không thể nào quên của một con chiên. Một tối nọ, cậu học sinh lớp Mười một Connor đã thú nhận với cha mẹ là bất cứ khi nào cậu cố gắng học hoặc ngủ, cậu lại thấy trống ngực đập thình thịch, cơ hàm đau nhức và mồ hôi túa ra như tắm. Cậu bé sợ mình sẽ chết. Cha mẹ của Connor đã đưa con đến phòng cấp cứu. Ở đây, cậu bé được chẩn đoán là khủng hoảng tinh thần do căng thẳng. Mẹ của Connor, với một chút hiểu biết, đã gọi điện cho vị giáo sĩ làm ở phòng cấp cứu (ER). Cô nói: "Ông biết không, đây là lần đầu tiên ba người nhà chúng tôi ngồi im lặng bên nhau lâu nhất mà tôi có thể nhớ đấy".

Câu chuyện này làm tôi nhớ lại phản ứng của độc giả đối với cuốn sách của nhà báo Mary Kay Blakely *Hãy đánh thức tôi khi chuyện đã xong* (Wake me when it's over) – cuốn sách kể lại chuyện cô bị hôn mê. Trong cuốn hồi ký sau này của cô, cuốn *Bà mẹ Mỹ* (American Mom), Blakely đã viết : "Có hàng trăm bà mẹ đã nghĩ là họ cũng muốn được một lần thử hôn mê như tôi". Một người phụ nữ ở thành phố Portland đã hỏi cô với vẻ ghen tị thấy rõ: "Cô ngủ suốt 9 ngày liền? Sao hay thế?"

Hiển nhiên là việc phải vào phòng cấp cứu hay bị hôn mê không phải là cách nghỉ ngơi thư giãn. Nhưng tôi thường nghe thấy các ông bố bà mẹ miêu tả cảm cúm hoặc viêm phế quản nhẹ là cơ hội tốt nhất để họ được nghỉ ngơi đôi chút. Với nhiều bậc phụ huynh, bị sốt cao có vẻ là lý do duy nhất có thể chấp nhận được để thoát khỏi vòng xoáy thường nhật của những cuộc hẹn với bác sỹ chỉnh răng,

với những cuộc họp phụ huynh/ giáo viên và công việc kiểm tra thư điện tử lúc đêm khuya.

Trường hợp khủng hoảng tinh thần do căng thẳng của Connor cho thấy con cái chúng ta cũng bị ảnh hưởng bởi áp lực của việc bận rộn. Các chuyên gia tư vấn học đường đều rất quen thuộc với trạng thái tâm lý “mũ nồi xanh” của học sinh trung học - những đứa trẻ này luôn tâm niệm cách duy nhất để chứng tỏ được bản thân là phải làm được nhiều việc hơn bất kỳ ai khác. “Tôi có thể làm được rất nhiều việc và gần như không cần nghỉ ngơi!”, chúng thường tự nói với bản thân và tất cả mọi người như vậy. Những đứa trẻ này khăng khăng cho rằng chúng đang tận hưởng niềm vui của mọi hoạt động ngoại khóa, mọi lớp chuyên, lớp chọn, nhưng cuối cùng chúng lại chết vì mệt mỏi. Chúng bị ốm. Chúng ngủ gục trong lớp. Chúng gặp tai nạn xe cộ. Chúng tăng hoặc giảm cân. Chúng mắc phải những bệnh tương tự như ADHD (rối loạn tăng động giảm chú ý) liên quan tới khả năng tập trung và năng suất. Chúng phải mượn thuốc kích thích của bạn để duy trì sự tỉnh táo. Chúng phải chống chọi với những trạng thái tinh thần tồi tệ và những suy nghĩ u ám, và chúng sẽ trút mọi bực dọc, khó chịu của mình lên anh, chị, em và bố mẹ.

Trong cuốn sách *Dạy con kiểu Do Thái: Sự may mắn của cái đầu gối bị trầy xước*, tôi đã nói về việc thắt chặt thời gian và điều đó có ảnh hưởng như thế nào tới cha mẹ của trẻ nhỏ. Trong cuốn sách đó, tôi đã đưa ra một giải pháp cho các gia đình trẻ: thay đổi quan hệ của họ theo thời gian, không xem đó là một nguồn khan hiếm, mà là một ưu ái của Chúa, một món quà xứng đáng được đón nhận với lòng biết ơn sâu sắc. Cụ thể hơn, tôi đã gợi ý các bậc phụ huynh nên kiểm soát nhịp sống của gia đình mình bằng cách tích hợp các yếu tố của *shmirat Shabbat* – ngày nghỉ ngơi – vào cuộc sống của họ. Bữa tối của ngày Shabbat không chỉ giúp tất cả mọi người sống chậm lại trong một, hai tiếng. Mà một bữa tối Shabbat thực sự, với ánh nến lung linh, với bánh mì, rượu vang và với món tráng miệng đặc biệt, có thể trở thành một trải nghiệm thiêng liêng về việc quây quần, nghỉ ngơi và hồi phục.

Khi các con tôi còn nhỏ, tôi rất thích các bữa tối Shabbat của gia đình mình. Đó là những bữa cơm phong phú, không vội vã, bàn ăn lúc nào cũng có khách. Chúng tôi thắp nến trong những bữa ăn đó để hàn gắn mọi người. Chúng tôi khoác tay nhau, nhảy múa quanh bàn ăn, vừa nhảy vừa hát vang *Shalom Aleichem* (Chúc bạn bình an), bài hát mời chào các thiên thần Shabbat vào nhà. Chúng tôi cầu chúc cho rượu, cho bánh challah và các con; trong suốt bữa tối, chúng tôi lần lượt chia sẻ điều mình thấy biết ơn trong tuần. Không có người nào nói về công việc, bất động sản, tiền nong hay các rắc rối. Thay vào đó, chúng tôi thường nói về phần kinh Torah hàng tuần và những lời giải thích, đặc biệt là những chi tiết thú vị như nước chia thành 12 ngả riêng biệt khi Moses và người dân Israel vượt qua biển Đỏ, mỗi một ngả cho một bộ tộc; Joseph thể hiện với các anh bằng cách tiết lộ giấc mơ mặt trời, mặt trăng và các vì sao đều cúi đầu trước cậu; và câu chuyện về "chiếc giường thành Sodom", theo đó, những người dân thành Sodom đã cho những người đi du lịch một chiếc giường sắt chỉ có một cỡ. Nếu bạn quá cao, dài hơn chiếc giường, họ sẽ cắt bớt chân bạn đi; nếu bạn quá thấp, họ sẽ dùng giá kéo kéo dài người bạn ra. Những câu chuyện này tạo nên những cuộc đối thoại phong phú về sự ganh đua, đố kỵ giữa các anh chị em, về đạo đức, về Chúa, về đức tin và về cuộc sống trong thời kỳ cổ đại.

Khái niệm trung tâm của Đạo Do Thái là bất cứ người nào cũng phải tuân thủ *tikkun olam* –công việc hoàn thiện thế giới bằng cách chấn chỉnh những điều sai trái thông qua lòng nhân từ và tình yêu thương. Bằng cách giữ gìn, quản lý ngôi nhà của chúng ta trên mặt đất, chúng ta có thể vá được những lỗ thủng trên vũ trụ. Qua lịch trình đặc trưng của một tuần, cấu trúc của một gia đình bận rộn, tinh vi cũng có thể bị phá thủng, và bằng cách nói chuyện, cầu nguyện, ăn tối cùng nhau trong bữa ăn Shabbat, gia đình tôi đã thực hiện công việc sửa chữa thần thánh. Những lỗ hổng nhỏ được khâu vá, sửa chữa trước khi chúng trở nên to hơn. Những bữa tối ngày thứ Sáu của chúng tôi cũng được liên hệ với lịch sử của dân tộc và với cộng đồng người Do Thái toàn cầu, với những gia đình ở khắp nơi trên thế giới cũng thực hiện lịch trình tương tự, cũng hát những bài kinh cầu nguyện của người Do Thái giống như những bài hát vẫn

được cất lên ở nhà chúng tôi khi mặt trời lặn, giống như điều mà tổ tiên chúng tôi vẫn làm hàng thế kỷ nay. Tất cả những điều này mở cửa cho ý thức về sự thần thánh, vô tận và diệu kỳ trong mỗi chúng tôi.

Tôi cho rằng nên duy trì những bữa tối Shabbat ấm cúng và kéo dài hệ quả của nó trong suốt những năm vị thành niên của trẻ. Nhưng sau đó, chính các cô con gái của tôi đã khiến tôi phải suy nghĩ lại. Khi Susanna và Emma vẫn còn nhỏ, tôi không để ý là những bữa tối ngày thứ Sáu với tốc độ ăn chậm, kéo dài lê thê và cuộc thảo luận của cả gia đình về những câu chuyện của người Do Thái, lại trở thành một nhiệm vụ bức bách đối với chúng.

Tôi không hề đơn độc. Khi các ông bố bà mẹ đề cập đến bữa ăn tối Shabbat sắp tới, nhiều trẻ vị thành niên đều kêu trời. Ở bàn ăn, cha mẹ đưa ra những gợi ý mở đầu cuộc trò chuyện, và những gợi ý đó sẽ nhanh chóng bị "chìm xuồng". Trẻ lén lút nhắn tin dưới gầm bàn.

Phản ứng của trẻ vị thành niên với việc rẽ nước thần kỳ của Chúa ở Biển Đỏ chỉ là "Ô".

Nhảy quanh bàn ư? "Đừng có mơ!"

Ngồi ăn cơm cùng với gia đình khoảng 2 tiếng rưỡi ư? "Ưm, có vẻ hay đấy, nhưng con thật sự rất bận". Mà quả thực là chúng bận.

Khi trẻ bước vào tuổi vị thành niên, những bữa tối Shabbat trở thành một thách thức đối với cả gia đình. Chúng không nhảy cẫng lên vì có cơ hội hát "Shalom Aleichem" nữa, và số buổi tối thứ Sáu được dành để tụ tập lái xe đi chơi khúc côn cầu càng ngày càng nhiều. Bữa tối Shabbat không còn là cơ hội để làm mới gia đình, mà chỉ là một trải nghiệm cay đắng nữa của những người làm cha làm mẹ. *Con có nghĩ là bố mẹ thích ngồi đây khi con trưng ra bộ mặt đó không?* Cha mẹ nổi cáu với bản thân khi cố gắng duy trì cuộc đối thoại với đứa con đang càu nhàu của mình. Chẳng mấy chốc, bữa tối Shabbat sẽ bắt đầu giống như hình ảnh ẩn dụ cho cách mà đứa con đang tuổi vị thành niên của bạn rời xa bạn và cuộc sống của tất

cả mọi người đều tăng tốc. Gia đình bạn thường cùng nhau chơi Tickle Monster hoặc Candyland vào các buổi tối cuối tuần; nhưng giờ, niềm vui ngớ ngẩn đó sẽ được thay thế bằng những lúc làm việc nhà, những bài tập thể thao hai tiếng một ngày và những mảnh ghép chuyển động không ngừng của câu đố tu từ hàng ngày: Làm thế nào để Jordan đi học ghi-ta về đúng giờ và trông chừng Sara ở lớp học bơi? Ngay cả những kỳ nghỉ của gia đình cũng có thể trở thành những trận chiến chứ không còn là những hành trình đầy thư giãn nữa.

Đến mức này thì bạn có quyền lựa chọn. Bạn có thể siết chặt thời gian biểu của gia đình đối với bọn trẻ, hoặc thả lỏng dây cương một chút. Một trong những nghịch lý của việc nuôi dạy trẻ vị thành niên là: Nếu bạn sẵn sàng linh động, nghĩ lại và chỉnh sửa những truyền thống gia đình, bạn có thể dễ dàng bảo tồn được tinh thần của những truyền thống đó. Đôi khi, sự linh hoạt này đòi hỏi phải tính toán, lập kế hoạch; nhưng có những lúc bạn chỉ cần tuân theo tự nhiên là được. Dù theo cách nào thì nhiệm vụ của người chủ gia đình (là bạn) cũng vẫn là sáng tạo ra cách để kích thích những khi cả gia đình xuống tinh thần, của con bạn và của chính bản thân bạn. Những chiến lược này không phải lúc nào cũng thuộc về phạm trù tinh thần, nhưng chúng lại có thể là những cách tiềm năng để thư giãn, hồi phục và tái gắn kết mọi người với nhau.

Shabbat với trẻ vị thành niên

Nếu bạn đang luyến tiếc kỉ niệm đứa con chưa đến tuổi đi học của bạn đem "chiếc hộp Shabbat" đầu tiên về nhà, đế nến được bọc bằng giấy bạc và cốc thánh được trang trí bằng những trái tim nhỏ xíu, tôi xin bày tỏ lòng thương tiếc với bạn. Nhưng thực sự cũng không quá khó để thiết kế một bữa tối Shabbat thân thiện với trẻ vị thành niên, miễn là bạn nhận ra Shabbat bây giờ đã khác rồi. Con bạn sẽ không còn tươi cười rạng rỡ khi ăn một bữa tối đặc biệt với cả gia đình. Lòng tự hào vì thuộc bài kinh cầu nguyện không còn khiến con ngồi thẳng lưng hơn. Đứa con tuổi teen của bạn - đứa bé bốn tuổi trước kia cứ nhắc đến Shabbat là mắt sáng lên, lúc này lại có thể rầu rĩ lê bước tới bàn ăn, quần áo mặc còn tối đen hơn cả

Wednesday Addams[(1)]. Như một bà mẹ mà tôi biết đã miêu tả thì: "Chúng tôi đã đi từ Tot Shabbat[(2)] tới Got Shabbat[(3)]". Nhưng, Shabbat với trẻ vị thành niên thậm chí còn có tiềm năng phong phú và kỳ diệu hơn Shabbat với trẻ chưa đến tuổi tới trường. Nếu bạn có thể không quan tâm tới chi tiết, Shabbat có thể trở thành một loại "hàng hóa" quý hiếm: thời điểm để gắn kết.

Làm thế nào bạn vận hành được điều kỳ diệu đó? Một vài chiến lược hữu ích sẽ phát huy tác dụng. Trước tiên, hãy quyết định xem liệu có lý tưởng không khi để cả gia đình bạn cùng ăn bữa tối Shabbat vào tất cả các ngày thứ Sáu. Trong một số gia đình, người lớn thường duy trì đúng lịch trình thông thường của họ ngay cả khi trẻ vị thành niên còn đang bận bịu ở đâu đó. Bọn trẻ biết rằng Shabbat không phải là hoạt động ở nhà trẻ mà chúng còn nhớ trong quá khứ. Đó là một nghi lễ thần thánh, và tham gia vào nghi lễ đó đòi hỏi phải có sự chín chắn, nghiêm túc của người lớn. Cũng có những ông bố bà mẹ không thường xuyên tổ chức bữa ăn Shabbat, nhưng một khi đã tổ chức, họ sẽ yêu cầu tất cả các thành viên trong gia đình phải có mặt. Với một số gia đình, chỉ cần cùng nhau ăn một bữa tối thứ Sáu là đủ, bất kể là họ đang ở đâu, ngay cả khi đang ở House of Pies[(4)] hay một nhà hàng địa phương của Nhật Bản. Hãy xác định địa điểm tập trung của gia đình bạn trong chuỗi liên tục này, và hãy cân nhắc tới việc thay đổi khi thấy cần. Sau những bữa tối Shabbat thất bại đầu tiên cùng với bọn trẻ, chúng tôi đã phải cắt giảm một nửa chương trình, thay đổi thực đơn và mời bất kỳ người bạn nào của các con mong muốn được tham gia cùng đến dùng bữa chung.

Tôi gợi ý là bạn cũng nên hạ thấp các tiêu chuẩn của mình. Nếu bọn trẻ đã ngồi vào bàn, nhưng lại càu nhàu, cáu kỉnh, thì bạn vẫn nên vui vẻ vì ít nhất thì chúng đã chịu ở đó. Như giáo sĩ Peretz Wolf-Pruson, giảng viên lâu năm của Đền Emanu-el ở San Francisco, đã nói: "Nếu bạn định chờ đến khi bọn trẻ cảm thấy hạnh phúc với bữa ăn Shabbat thì bạn sẽ phải chờ rất lâu". Hãy kiên nhẫn với sự nhút nhát dưới nhiều dạng thức khác nhau của trẻ vị thành niên. Chẳng hạn, trong suốt bữa ăn Shabbat, gia đình tôi đã hình thành truyền thống thắp nến cầu nguyện cho người nào cần, nói to tên của người

đó lên. Các con tôi và những người bạn đến chơi thường muốn thắp nến cầu nguyện cho bạn bè của chúng, nhưng lại kiên quyết bảo vệ sự riêng tư và xấu hổ khi phải tiết lộ danh tính người đó. Chúng tôi cho phép bọn trẻ được làm như vậy, và cố gắng không lo lắng quá nhiều về người gặp rắc rối hoặc nguyên nhân của rắc rối.

Giáo sĩ Pruson đã chỉ ra rằng ở San Francisco, các trường trung học thường tổ chức các buổi khiêu vũ hoặc các sự kiện xã hội vào buổi tối thứ Sáu. Ông cũng gợi ý các bậc cha mẹ nên thực hiện một cuộc thương lượng hai chiều, kiểu như: "Nếu con xuống ăn tối, cả nhà sẽ bắt đầu sớm để ăn xong trước khi buổi khiêu vũ bắt đầu, và bố mẹ sẽ vui vẻ đi đón con khi buổi khiêu vũ kết thúc". Nếu con bạn không thể, hoặc không hề muốn tham gia, giáo sĩ Pruson khuyên bạn nên thương lượng như thế này: "Bố/ Mẹ hoàn toàn hiểu con, nhưng sẽ nhớ con lắm đây". Phản ứng ấm áp này không chỉ ngăn chặn được một cuộc tranh cãi, mà còn cho con bạn biết khi chúng quyết định quay trở lại bàn ăn Shabbat, bạn vẫn sẽ để chỗ cho chúng.

Hãy giải quyết vấn đề xã hội bằng cách gợi ý con bạn rủ những người bạn mà gia đình chúng không tổ chức bữa tối Shabbat đến nhà bạn và ngủ lại. Những vị khách này chắc chắn sẽ ấn tượng với việc con bạn có thể đọc được những chữ cái ngoằn ngoèo của người Do Thái và đọc vanh vách những câu kinh cầu nguyện có vẻ kỳ lạ. Những người bạn của con bạn có thể đáp lại bằng một vài "ngón nghề" điêu luyện nào đó. Hai cô con gái của tôi thường tự hào nhắc lại chuyện một số cô bạn không phải người Do Thái của chúng – những vị khách thường xuyên trong bữa tối Shabbat của gia đình tôi – đã học được một số từ và một số đoạn trong bài kinh cầu nguyện của người Do Thái. Tiến sỹ Ron Wolfson, Giáo sư của trường Đại học Giáo dục Do Thái Mỹ, giải thích rằng: "Những vị khách vị thành niên ghen tị với kiểu thời gian ở bên gia đình này. Nhiều trẻ chưa bao giờ được trải nghiệm sự ấm áp và vui vẻ với cha mẹ và anh, chị, em bằng một cái ôm kiểu Shabbat, hoặc được cha mẹ chúc phúc hay hát hò và tận hưởng bữa ăn ngon trong phòng ăn". Sau đó bọn trẻ có thể lao vào những chỗ khác trong nhà để tận hưởng sự sum vầy của riêng chúng.

Phần yêu thích nhất của tôi trong nghi thức Shabbat với trẻ vị thành niên là truyền thống cầu chúc điều may mắn cho các con. Bạn thì thầm lời cầu nguyện vào tai con trong lúc nhẹ nhàng ôm đầu con. 30 giây để nói lời cầu chúc rất thân tình, âu yếm và cuồng nhiệt, không giống như bất kỳ tương tác hàng ngày nào giữa cha mẹ và con cái. Tôi chưa bao giờ thấy một đứa trẻ nào kháng cự lại điều đó. Bản thân lời chúc đã hay, lại đặc biệt đi vào lòng người khi được nói với một đứa trẻ mới lớn, đang trong trạng thái phát triển “phi thần thánh”:

Cầu Chúa phù hộ cho con giống như Sarah, Rebecca, Rachel và Leah (nếu con bạn là con gái). Với con trai, hãy nói “giống như Ephraim và Menasseh”.

Cầu Chúa phù hộ và dõi theo con.

Cầu Chúa soi rọi ánh sáng của Người trên con và ban phước cho con

Cầu Chúa ban bình an cho con.

Amen

Mở rộng Shabbat trong tuần

Nghi thức cuối bữa tối Shabbat đem lại cảm giác kỳ diệu kéo dài suốt cả tuần. Tôi đang nói về*havadalah*, nghi lễ ngắn sử dụng cả năm giác quan để nhớ về Shabbat. Sau khi thắp một ngọn nến có nhiều bấc, những người ngồi ăn tối cùng chuyền tay nhau chiếc cốc bạc bessamim tinh xảo, và ngửi mùi gia vị bên trong. Họ uống rượu từ chiếc cốc Kiddush, và chấm hoặc quẹt nó vào mí mắt để tiếp tục sự sáng rõ của tầm nhìn Shabbat rất lâu sau khi bữa tối đã kết thúc.

Phép ẩn dụ rất hay, nhưng để ứng dụng nó lại đòi hỏi phải rất tinh tế. Làm thế nào bạn bảo toàn được cảm giác thân mật, chậm rãi của bữa tối Shabbat khi cuộc sống đã trở lại trạng thái vội vã, bận rộn vốn có của nó? Tôi gợi ý nên tìm kiếm những cơ hội nho nhỏ để kết nối với bọn trẻ. Đừng khiến chúng ngạt thở vì sự quan tâm thái

quá - điều đó chỉ khiến chúng cảm thấy khó chịu mà thôi - mà hãy cứ thoải mái thử một cách tiếp cận tinh tế hơn, kiểu như dẫn chúng ra ngoài ăn. Bọn trẻ có thể chỉ trích khả năng nấu ăn của bạn, hoặc chúng có thể đưa ra những yêu cầu ăn kiêng khó chịu *("Con đã bảo mẹ là đừng cho đường rồi mà!")*, nhưng chúng lại hiếm khi từ chối một bữa ăn ở nhà hàng khi có người khác trả tiền. Thêm một điều nữa, trẻ vị thành niên là đối tượng hẹn hò không tốn kém. Chỉ cần một đĩa salad, một chiếc bánh pizza và một cốc nước chanh là bạn đã có được 20 phút thư giãn trong đó món hời bạn đổi lại được cho số đồ ăn bạn bỏ tiền ra mua là những lời pha trò, những câu bông đùa của con.

Có những lúc bọn trẻ háo hức được tiến đến và kết nối với bạn. Những khoảnh khắc diệu kỳ này được che giấu bằng những yêu cầu cấp bách kiểu như: *"Mẹ! Mẹ! Mẹ phải xem đoạn băng con chó bull cưỡi ván trượt này đi!"* Hoặc cũng có thể là trẻ sẽ sẵn sàng trò chuyện với bạn một chút trong lúc bạn lái xe chở chúng về nhà sau buổi tập bóng rổ. Trong những trường hợp này, hãy bỏ mọi thứ lại để xem chú chó bull cưỡi ván trượt. Hãy chọn đường vòng đi từ sân tập về nhà để con bạn nói chuyện với bạn lâu hơn. Nếu con quyết định mở lòng với bạn trong khi bạn đang làm việc nhà, đừng làm con sợ bằng cách bắt con ngồi xuống, đóng cửa lại và hỏi con như hỏi cung. Thay vào đó, hãy lắng nghe từng lời con nói, giũ và gấp càng nhiều quần áo càng tốt để con bạn có đủ thời gian nói cho bạn biết con lo lắng như thế nào về việc lên lớp 9 vì con thấp quá, hoặc vì con nghĩ con là cô bé lớp 10 duy nhất chưa có bạn trai, hoặc vì con không biết phải nói gì với cô bạn thân nhất có bố mẹ vừa mới ly dị.

Chúng ta còn có niềm vui trong gia đình không?

Có một cách khác để tạo cơ hội cho gia đình nghỉ ngơi và sum họp là lặp lại những truyền thống cũ, hoặc tạo ra những truyền thống mới. Khi con bạn còn nhỏ, có những truyền thống đặc biệt trong gia đình tạo nên một số khoảnh khắc yêu thích của cả gia đình. Đó có thể là những buổi sinh nhật hoặc những ngày nghỉ lễ, những buổi cúng bái hoặc những kỳ nghỉ hàng năm. Những dịp này có thể khơi

gợi những kỷ niệm đẹp nhất của bạn về thời thơ ấu, hoặc cũng có thể tạo ra những kỷ niệm mới. Chúng khắc ghi trong tâm trí của bạn thông qua các giác quan – ánh đèn rực rỡ của ngày lễ; món ăn đặc biệt ngon vì bạn chỉ làm vào những ngày sinh nhật; mùi thơm dễ chịu của cây tuyết tùng ở cạnh căn phòng bên dốc núi mà bạn thuê hàng năm.

Còn giờ thì sao? Có thể các truyền thống của gia đình bạn vẫn được duy trì. Có thể đứa con 15 tuổi của bạn không thể chờ tới dịp nghỉ lễ để được đi chơi. Có thể đứa con đang học trung học của bạn vẫn đang háo hức lập kế hoạch cho kỳ nghỉ thường niên của gia đình tới công viên giải trí. Nhưng thường thì thái độ của chúng đã thay đổi.

Tuy nhiên, vẫn có thể duy trì (hoặc khôi phục) những truyền thống gia đình và vẫn có thể vui vẻ được. Cần phải nỗ lực nhiều hơn để có được niềm vui gia đình với những đứa con đang ở thời kỳ mới lớn so với khi chúng còn nhỏ. Bạn sẽ cần phải nghiêm túc bảo vệ những nghi lễ mà chúng có vẻ như không thể chịu được nhưng thật ra lại ngấm ngầm tự hào. Đâu là những kiểu truyền thống mà trẻ thấy thích? Bất cứ thứ gì không đòi hỏi phải cười, phải mặc quần áo đẹp, hoặc phải ở những chỗ bé xíu với những người lớn cứ liên tục hỏi những câu đáng ghét như: *"Con định nộp đơn vào trường (đại học/ cao đẳng) nào? Con có bạn gái chưa?"* Hãy thử một vài thí nghiệm để phớt lờ tính lầm lì của chúng. Có một cách là hãy hỏi bọn trẻ xem chúng có muốn nướng bánh cùng bạn vào ngày sinh nhật hoặc ngày nghỉ lễ không. Chúng có thể hành động như thể chúng đồng ý có nghĩa là chúng đang giúp bạn, nhưng thường thì chúng sẽ tập trung vào làm ngay khi bạn lấy bột và sô-cô-la ra. Hoặc hãy nhờ chúng giúp bạn trang trí nhà trong dịp Halloween, hay giúp bạn chuẩn bị trang phục Purim[(5)]. (Theo tinh thần của Shabbat, hãy chuẩn bị một số lựa chọn "khó nhằn".)

Đồng thời, bạn phải biết khi nào cần điều chỉnh những truyền thống gây ra quá nhiều xích mích. Khi mấy cô con gái của tôi còn nhỏ, Rosh Hashanah là một kỳ nghỉ tôn giáo được yêu thích. Cùng với việc giáo đoàn của chúng tôi được nghỉ, chúng tôi đã tiến hành

nghi lễ *tashlich* trang nghiêm và đầy cảm hứng ở bãi biển. Sau đó, tất cả mọi người đều thay lễ phục sang mặc quần jean và đội mũ chơi bóng rổ. Chúng tôi thực hiện nghi lễ ném tội lỗi của mình (được viết vào một mẩu giấy hoặc được tượng trưng bằng một mẩu bánh mì) xuống biển, xem như xóa sạch những tội lỗi trong quá khứ, và chuẩn bị đón nhận niềm vui, những điều tốt đẹp trong năm tới. Rabbi hoặc người điều khiển dàn hợp xướng trong nhà thờ sẽ chơi ghi-ta, còn lũ trẻ sẽ đùa nghịch trên cát và ở sát mép nước. Thật ngọt ngào. Trải dài trên bãi biển từ Venice tới Malibu là những điểm tập hợp của những giáo đoàn khác, giáo đoàn nào cũng ném bỏ tội lỗi, cầu nguyện, hát hò và cắm trại.

Một năm, khi các con tôi bước vào thời kỳ mới lớn, chúng đã tuyên bố rằng chúng không muốn ra bãi biển thực hiện nghi lễ *tashlich*. Chúng muốn tới sông L.A. – con sông chẳng có chút lãng mạn nào, lại còn bị ô nhiễm, bờ sông lại còn là bờ bê tông, thêm nữa, nó lại còn ở một khu đô thị.

Nhưng chúng tôi vẫn đồng ý. Thay vì cắm trại, chúng tôi lại dẫn theo chó, rủ thêm một người bạn ở cùng khu đi, em trai tôi và các con của chú, cùng với con chó nhà chú nữa. Chẳng có ai ngoài nhóm của chúng tôi ở con sông đó. Chó sục quanh bãi phân ngựa, chó spaniel lướt sóng, và chó tha mồi cố gắng tha “tội lỗi” (tượng trưng bằng mẩu bánh mì) của chúng tôi quay trở lại khi chúng tôi ném xuống dòng nước.

Tất cả mọi người đều thích. Dù địa điểm bên sông của chúng tôi gần đại lộ có mật độ xe cộ dày đặc, nhưng dọc hai bờ sông vẫn có những cây liễu, những cây tiêu huyền và cả những cây hương bồ. Chúng tôi ngồi trên nền bê tông viết những tội lỗi của mình ra giấy, viết một cách nghiêm túc, sau đó, nhìn chúng trôi nổi trên sông cho tới khi khuất tầm mắt – chủ nghĩa tượng trưng không phát huy tác dụng ở biển khi bạn ném mẩu giấy xuống và sóng đánh chúng quay ngược trở lại bờ. Sau khi xong, chúng tôi tới một điểm tự tắm cho chó trên phố để tắm cho lũ chó, chải lông và sấy khô cho chúng, rồi tất cả mọi người cùng quay trở lại ô tô với tinh thần hăng hái, sạch sẽ bụi bẩn và tội lỗi. Đúng là người lớn thấy nhớ bãi biển và giáo

đoàn đông đúc của mình và phải điều chỉnh tinh thần để chấp nhận việc đi đến địa điểm tắm cho chó trong một ngày thiêng liêng như vậy. Nhưng trong đạo Do Thái, tất cả chúng ta đều được tạo ra từ hình ảnh của Chúa. Một cách để thể hiện sự tôn kính đối với Chúa là giúp đỡ hiện thân thần thánh của Người – trong trường hợp này là những đứa con tuổi vị thành niên của chúng ta. Cũng như với bữa tối Shabbat, chúng ta duy trì ý định, nhưng thay đổi một số điểm cụ thể.

Thái độ tương tự cũng có tác dụng với những kỳ nghỉ. Một số điểm đến không dễ dàng trở thành điểm đến thú vị cho gia đình có con tuổi vị thành niên như: công viên giải trí (dù chúng rất thích đến đây cùng bạn bè); khu nghỉ dưỡng gia đình nơi mà hầu hết các gia đình đều có con nhỏ, hoặc con bạn không biết ai khác ngoài bạn; cuộc hành trình dài với năm người trên một chiếc xe năm chỗ; bất cứ nơi nào người Mỹ có thể gặp *du khách* nếu họ ăn bất cứ món ăn nào không phải ở khách sạn. Nếu một trong những việc trên là truyền thống của gia đình bạn thì hãy cân nhắc tới một điểm đến mới. Hãy hỏi bạn bè cũng có con ở tuổi vị thành niên xem điều gì có tác dụng với chúng.

Hãy hướng cuộc hành trình của bạn tới nơi phản ánh được mối quan tâm, sở thích của bọn trẻ. Có mùa hè, cả gia đình tôi đã tới Iceland nghỉ vì Emma thích nhạc Scandinavian còn Susanna, học sinh chuyên địa lý, có thể nghiên cứu các dải dung nham đen và núi lửa. Tôi và chồng thì tận hưởng cơ hội được tắm ở những phá[(6)] nước nóng xanh trong. Cả gia đình cùng trông ngóng được đi bộ bằng giày đinh trên sông băng. Phải mất vài tháng lập kế hoạch và tiết kiệm, nhưng với sự kiện chỉ diễn ra một lần trong đời, thì đó lại là dịp để gắn kết gia đình và để có được những kỷ niệm khó quên. Mùa hè sau kỳ nghỉ Iceland, nền kinh tế sụp đổ – và chúng tôi đã có khoảng thời gian tuyệt vời trong căn phòng thuê ở New Hampshire – nơi mà các con tôi có bạn ở gần đó trong chương trình du lịch ở tại nhà dân. Chúng tôi đi bộ, chèo thuyền kayak và bơi vào ban ngày. Có tối chúng tôi chơi trò ô chữ, có tối ngồi chơi với bạn bè của con.

Nếu bạn đi nghỉ mà có thể gánh thêm chi phí cho một khách, hãy cân nhắc tới việc để bọn trẻ rủ bạn bè đi cùng. Đi nghỉ cùng bạn của con có rất nhiều cái lợi. Người bạn đó có thể giúp con bạn hiểu được ý nghĩa của việc sum họp gia đình, và bạn cũng không cần phải mệt mỏi với việc "mua vui" cho chúng. Và bạn cũng có thể rủ bạn bè đi cùng. Bằng cách đó, cha mẹ và con cái có thể chia nhóm khi cần được nghỉ ngơi.

Tán dương thời gian lãng phí

Việc tạo ra những nghi thức mới cho gia đình bạn đòi hỏi sự khéo léo, nhưng đó cũng là việc thú vị. Thêm nữa, bạn vẫn nắm quyền kiểm soát; bạn có thể xem xét, cân nhắc tới mối quan tâm, sở thích và tính khí của bọn trẻ, nhưng bạn vẫn là người đặt ra các tiêu chuẩn, thước đo. Nhiệm vụ tiếp theo của bạn còn khó hơn. Bạn cần phải học cách tôn trọng các chiến lược nghỉ ngơi riêng của bọn trẻ khi không có bạn.

Con bạn có thể thích những phương pháp nghỉ ngơi được cha mẹ ủng hộ như tập thể dục, đọc sách và các sở thích riêng. Hoặc con có thể nghiêng về những phương pháp mà phần đông trẻ mới lớn đều thích như tiệc tùng và phá luật. Trong cuốn sách này, chúng ta sẽ nói về những việc đó sau. Ở đây, tôi chỉ muốn nhấn mạnh vào bộ chiến lược nghỉ ngơi riêng của trẻ gồm những chiến lược không mang tính hủy hoại như thuốc phiện, rượu bia hay những hành động ngang ngạnh hoặc ngốc nghếch nhưng vẫn đủ khiến cha mẹ nổi điên lên. Tôi đang nói về những trò lãng phí thời gian quý giá mà giá trị đổi lại chẳng đáng là bao: tào lao trực tuyến và lướt web, tán gẫu với bạn bè và đâm đầu vào những thú vui kém văn hóa như những chương trình ti vi rác rưởi.

Đừng sợ Internet

Quan điểm mặc định của một số bậc phụ huynh đối với công nghệ, đặc biệt là Internet, là ngờ vực. Họ bào chữa cho hành động đòi dùng máy tính ngay lập tức của bản thân *"Tôi chỉ muốn chắc chắn là con mình an toàn"*, hoặc *"Tôi cần phải biết chắc con dùng máy tính*

để làm bài tập về nhà chứ không phải để nghịch ngợm lung tung”. Nhưng cuộc sống số là ngôi làng màu xanh mới hay khoảng trời riêng - là nơi trẻ mới lớn có thể lấy lại tinh thần, thể hiện cá tính và kết nối với bạn bè mà không phải sợ sệt những ông bố bà mẹ tọc mạch. Mạng là nơi đem lại cho trẻ cơ hội làm những việc này.

Cha mẹ có thể chỉ dẫn trẻ vị thành niên sử dụng mạng thông minh như thế nào? Không phải bằng cách nắm bắt được bàn phím hay các chương trình chụp màn hình cho phép phụ huynh giám sát mọi hoạt động mà trẻ thực hiện trên mạng. Nỗi sợ của cha mẹ thường được cường điệu bởi tin tức về những tội phạm mạng lợi dụng Internet để dụ dỗ trẻ mới lớn bỏ nhà đi và sa ngã vào con đường xấu. Những chương trình và những bản tin truyền hình cáp như chương trình đầy tai tiếng *Bắt kẻ lợi dụng* (To catch a predator) thu hút người xem bằng cách lợi dụng phản ứng sợ hãi của chúng ta với những người lạ đáng sợ đó. Nhưng nỗi sợ tội phạm mạng có cơ sở thực tế hay không? Trong một bài báo xuất hiện trên tờ *Nhà tâm lý học Mỹ* (American Psychologist) năm 2009, Janis Wolak và một nhóm nhà nghiên cứu đã kết luận nhiều nỗi sợ của cha mẹ về các hoạt động trực tuyến là không thỏa đáng. Từ năm 1993 đến năm 2005, khi Internet trở nên phổ biến với trẻ vị thành niên, xâm hại tình dục trẻ vị thành niên đã giảm xuống còn 52%. Cũng không có gì là đặc biệt nguy hiểm khi tương tác qua mạng với bạn của bạn, hoặc thậm chí là những người lạ có cùng sở thích. Wolak đã chỉ ra rằng hành vi nguy hiểm không phải là nói chuyện với người bạn chưa gặp mặt bao giờ (rất nhiều trẻ đều làm như vậy) mà là việc cho biết tên, số điện thoại, ảnh hoặc nói chuyện với người lạ về quan hệ tình dục.

Nguy hiểm thực sự đối với trẻ trong thế giới ảo không kịch tính như việc bắt cóc hay quấy rối tình dục, nhưng đó vẫn là lý do để bạn phải lo lắng. Trong số những nguy hiểm đó có hiệu ứng căng mắt, sức khỏe suy giảm, rối loạn cảm xúc do tiếp xúc với những hình ảnh xấu hoặc đáng sợ và ảnh hưởng tới thanh danh. Trẻ mới lớn có thể không hiểu hết những tác hại lâu dài của việc đăng tải những bức ảnh gợi cảm của bản thân hoặc của bạn bè lên mạng, và vì giao tiếp trên mạng không diễn ra trực diện, nên trẻ có thể nhẫn tâm làm tổn

thương cảm xúc của người khác bằng những câu tán gẫu trực tuyến. Hãy xử lý việc gia nhập thế giới ảo của con bạn như thể bạn cũng trải qua những trải nghiệm tương tự trong thế giới thật, bằng cách sử dụng khái niệm "phòng thí nghiệm tự nhiên" mà tôi đã miêu tả ở phần đầu cuốn sách này. Hãy xác định thời lượng trẻ có thể lên mạng tự do phù hợp với những đánh giá tích cực về trẻ trong những khía cạnh khác nhau của cuộc sống. Bạn đặt ra lệnh giới nghiêm phù hợp với độ tuổi và trách nhiệm của trẻ; hoàn toàn phù hợp khi đặt lệnh giới nghiêm cho cả máy tính bằng cách đặt máy tính ở phòng khách (hoặc phòng sinh hoạt chung của gia đình), hoặc bằng cách sử dụng phần mềm lọc cho tới khi bọn trẻ chứng minh được nó đã đủ chín chắn để tự do lang thang trên mạng. Khi đánh giá mức độ sẵn sàng của con bạn đối với thế giới trực tuyến, hãy cân nhắc những câu hỏi sau:

- Con có tự động hoàn thành bài tập về nhà hoặc chuẩn bị cho bài kiểm tra mà không cần phải la rầy không?
- Con có ý thức giữ sức khỏe, vệ sinh và làm việc nhà không?
- Lời phê của giáo viên với con có tích cực không?
- Con có tôn trọng người lớn và thông cảm với các bạn đồng lứa không?
- Con có sao nhãng những hoạt động vốn dĩ được xem là có ích với mọi người nói chung, như đọc bất cứ thứ gì để giải trí lành mạnh, dành thời gian vui chơi ngoài trời và đi thăm bạn bè không?

Cùng với mức độ chín chắn nói chung của con, hãy nghĩ về tính khí của con. Con có nhạy cảm không? Đứa con 13 tuổi của bạn phản ứng như thế nào với một hình ảnh khiêu dâm, hoặc một cảnh chặt đầu con tin? Có thể tìm thấy mọi thứ trên mạng. Các gia đình cần phải thảo luận về giá trị của mạng, phải đi đến thống nhất về việc được truy cập gì trên mạng, sau đó phải "ký hợp đồng" về việc sử dụng mạng.

Hãy lập kế hoạch để thường xuyên nhắc lại hợp đồng của bạn. Công nghệ và tác dụng của công nghệ thay đổi nhanh chóng – các trường học phải điều chỉnh chính sách truy cập Internet của họ hàng năm – và con cái chúng ta lớn nhanh tới mức thứ có vẻ an toàn trong tháng Ba đến mùa hè đã có thể trở thành thứ bị hạn chế một cách bất công rồi. Và hãy giữ vững lập trường thương lượng của bạn. Đừng giả vờ xem nhẹ tính riêng tư vô hạn của trẻ mới lên trên mạng, sau đó lại dò xét lịch sử truy cập hay sục sạo Facebook của con khi con đi học.

Thể hiện sự tôn trọng đối với những thú vui vớ vẩn

Tôi thường yêu cầu những phụ huynh đến nghe tôi nói chuyện, kể tên các hoạt động mà họ phải miễn cưỡng cho phép con họ thực hiện:

“Xem gì?”

“Family Guy[7]!”

“Ăn gì?”

“Bánh Oreo!”

“Làm gì?”

“Chơi trò Ăn trộm xe” (Grand Theft Auto[8])!

“Nghe gì?”

“Kayne[9]! System of a Down[10]!”

Sau đó tôi sẽ nói với họ: “Nếu bạn đã cho phép con làm việc gì thì hãy chấp nhận và trân trọng nó”.

Hãy hỏi con về video trên Youtube hoặc chương trình truyền hình thực tế ngớ ngẩn yêu thích của con. Nhớ hỏi bằng giọng thân thiện, tôn trọng. Hãy xem cuộc chạm trán đó như một bản báo cáo

bí mật. Phải kiềm chế thôi thúc muốn xem đó như một cơ hội để dạy bảo con, một dịp để con hiểu con vẫn còn chưa trưởng thành. Bạn có thể không kìm được mà nghĩ *Mình sẽ cho chúng xem chương trình America's Next Top Model[(11)], nhưng mình sẽ phải chớp cơ hội để giáo dục chúng một chút mới được.* Sau đó bạn có thể nói: "Con có biết là nếu có thật, Barbie sẽ là cô gái cao 2,1 m với vòng eo 45 cm và vòng một 40 cm không? Như thế, cô ấy sẽ phải bò bằng cả tứ chi thì mới có thể giữ cân bằng cho cái cơ thể mất cân đối của mình!" Hoặc trong lúc xem *Gay, Straight, or Taken*[(12)], bạn sẽ giảng giải một chút về quan hệ tình dục: "Con có biết là một đứa trẻ bình thường sẽ xem gần 14 nghìn cảnh quan hệ mỗi năm trên phim ảnh, nhưng chỉ có 1% trong số đó nói về việc sinh đẻ có kế hoạch và về nguy cơ có bầu hoặc nhiễm bệnh lây truyền qua đường tình dục (STD) không hả?"

Thỉnh thoảng bạn có thể nói chuyện kiểu dạy dỗ nghiêm túc này với con, nhưng tốt hơn hết là bạn nên mím chặt môi lại. Nếu bạn đã cho phép con xem một chương trình nào đó, hãy để bọn trẻ được xem trong yên bình. Hãy ngồi xuống và cùng xem chương trình đó với con. Hãy cầm vài chiếc bánh Oreo được vất bừa bãi trên bàn và thưởng thức cùng với con. Làm thế không có nghĩa là nuông chiều, mà là thể hiện bạn tôn trọng "khẩu vị" của con.

Buổi tối: thời gian để thức khuya hay đi ngủ?

Trẻ vị thành niên thích thức khuya. Chúng yêu thích cảm giác tự do, độc lập và riêng tư mà việc thức trong lúc tất cả mọi người đã ngủ đem lại. Trong bóng tối và yên lặng, chúng có thể dùng ít điện hơn, theo đúng nghĩa đen của từ này, nhưng năng lượng tinh thần của chúng lại nổ lép bép. Kiểu như ở giữa khu rừng rậm của tâm trí vậy. Trẻ vị thành niên thích dùng thời gian ban đêm để nghỉ ngơi, để phát triển suy nghĩ về cái tôi và cá tính của mình. Chúng kết nối với bạn bè qua tin nhắn hoặc qua mạng, hoặc cuối tuần, chúng có thể tụ tập ở nhà của một bạn nào đó, cùng nhau xem phim và nói chuyện cho tới sáng.

Khoảng thời gian khuya khoắt, khoảng thời gian bối rối đối với những ông bố bà mẹ đã đủ mệt mỏi ban ngày, lại dễ dàng chen vào lịch trình phát triển của trẻ đang tuổi lớn. Đồng hồ sinh học có chức năng tăng cường giải phóng hoóc-môn đánh thức người lớn và trẻ nhỏ khi có ánh sáng ban mai và ru chúng ta ngủ khi bóng đêm sập xuống. Tuy nhiên, với trẻ vị thành niên, chu trình sinh lý xuất hiện một lần một ngày đó lại thay đổi, khiến trẻ thấy thật khó ngủ vào buổi tối; chúng thường tỉnh như sáo và mắt mở thao láo cho tới quá nửa đêm. Vì thế, hiển nhiên là chúng sẽ ngủ bù cho tới tận lúc sáng bảnh. Khi bọn trẻ tận dụng hai ngày nghỉ cuối tuần để ngủ dậy muộn hơn, cho tới tận lúc ăn trưa hoặc tới tận đầu giờ chiều, thì không hẳn là chúng lười. Chỉ là chúng đang phục hồi sau hiệu ứng chênh lệch múi giờ do phải thức dậy theo lịch trình của người lớn trong suốt các ngày đi học trong tuần. Với chúng, sống theo giờ đi học chẳng khác gì vác bộ mặt thiếu ngủ với đôi mắt cay xè từ Los Angeles tới New York mỗi sáng.

Xu hướng thức khuya tự nhiên của trẻ được cường điệu hóa bằng những lịch trình sát sao, dày đặc của chúng. Lượng bài tập về nhà của nhiều trường khiến trẻ phải mất vài tiếng mỗi tối để giải quyết, và nếu bọn trẻ còn tham gia tập kịch hoặc luyện quần vợt cho tới tận 6, 7 hoặc 8 giờ, thì chúng thậm chí còn không thể bắt đầu xử lý đống bài tập đó cho tới tận khi ăn tối xong. Và vì trẻ bị tước mất thời gian “tự do” suốt cả ban ngày và buổi tối, nên chúng phải tranh thủ khoảng thời gian ban đêm để nghỉ ngơi, thoát khỏi cặp mắt “cú vọ” của người lớn. Khi cha mẹ thường xuyên giám sát con cái ăn gì, uống gì, đi với ai, khi nào làm bài tập và làm như thế nào, thì họ lại cho trẻ thêm một lý do để thức khuya. Đó đơn giản chỉ là cách trẻ kiếm tìm sự độc lập.

Trước khi bạn quyết định rằng thói quen thức khuya của bọn trẻ là một vấn đề, hãy đảm bảo không phải bạn đang tiêm nhiễm sự lo lắng về giấc ngủ của chính bạn lên con. Một số trẻ vị thành niên có thể nhún vai coi khinh việc thiếu ngủ một vài ngày trong tuần, vì có thiếu ngủ mấy cũng không ảnh hưởng lắm tới sức khỏe của chúng. Chúng không sợ việc thiếu ngủ như người lớn, có lẽ là vì chúng có thể ngủ bù vào cuối tuần. Và không như chúng ta, việc thiếu ngủ của

bọn trẻ chẳng liên quan gì tới những lo lắng khó chịu về hóa đơn thẻ tín dụng hay áp lực công việc. Hãy coi lịch trình đi ngủ của trẻ mới lớn là một bài tập rèn luyện để vào đại học – nơi mà sinh viên thường áp dụng lịch trình châu Âu: thức khuya, dậy sớm đi học, và "ngủ trưa" vào buổi chiều.

Tuy nhiên, với một số trẻ vị thành niên, chỉ cần thiếu ngủ một chút thôi là cũng mệt mỏi, khó chịu rồi. Thiếu ngủ liên tục, nghiêm trọng chắc chắn sẽ đánh gục gần như tất cả mọi người. Cũng giống như trẻ nhỏ nếu không được chơi đùa ngoài trời đủ lâu thì thi thoảng cũng bị xem là giảm chú ý, trẻ đang tuổi lớn nếu không ngủ đủ giấc có thể trông sẽ chán nản, học hành chểnh mảng hoặc thậm chí là cả hai. Nếu con bạn thường xuyên cáu kỉnh, sống không mục đích, hay lơ đễnh hoặc nếu con đòi phải đặt đồng hồ hẹn giờ Sonic Boom thì mới có thể dậy được vào buổi sáng, và chúng thường xuyên gật đầu trong lớp học (dấu hiệu chính cho thấy thiếu ngủ), thì có lẽ con cần ngủ nhiều hơn.

Tất nhiên, bạn không thể bắt đứa con mới lớn của mình ngủ được. Nhưng bạn có thể giúp con vạch ra viễn cảnh khuyến khích con ngủ. Phải chắc chắn con bạn biết những điều cơ bản về chế độ ngủ khoa học: Con có uống cà phê sau 4 giờ chiều không? Con có thức, rất muộn vào tối thứ Sáu và thứ Bảy, rồi lại cố ngủ cực sớm vào tối Chủ nhật không? Con có lấy giường làm chỗ học hoặc chỗ xem ti vi không? Và quan trọng nhất: Con có để mặc cho những cám dỗ mở banh mắt, khiến con cứ tỉnh như sáo không? Công nghệ, thứ giúp con giải trí, lại là thứ cản trở giấc ngủ hợp lý của con. Hãy cho phép con được dành một khoảng thời gian để tận hưởng công nghệ vào mỗi tối, nhưng phải đặt ra điểm giới hạn. Tôi thường yêu cầu các con mình đặt máy tính xách tay và điện thoại di động ở bên ngoài phòng ngủ sau 10h30 tối; tôi xem đó là một cách "rất công nghệ" để nói với những vị khách tham gia tiệc là đã đến lúc về nhà rồi.

Thế nếu bài tập về nhà và lịch trình vận động mới là nguyên nhân thiếu ngủ của trẻ vị thành niên thì sao? Một số trẻ hoạt động quá nhiều, và sẽ không có gì nguy hại lâu dài nếu chúng phải gánh

chịu hậu quả hiển nhiên của việc mệt mỏi và kiệt sức trong một thời gian ngắn. Đó là một bài học hữu ích mà chúng có thể đem theo vào cuộc sống trưởng thành. Nhưng trẻ mới lớn vẫn còn chưa nhìn nhận được như người lớn, và vì chúng vẫn còn bị kìm kẹp trong nền văn hóa cạnh tranh, nên chúng có thể không nhìn thấy một lựa chọn thay thế cho lịch trình quá dày đặc của mình. Chúng thậm chí còn không nhận ra là chúng đang bị ảnh hưởng. Trong những trường hợp này, bạn cần phải yêu cầu con bỏ một số hoạt động ngoại khóa, hoặc thậm chí là một vài môn học quá nặng ở trường (căn cứ vào mức độ khó hoặc khối lượng bài tập cần hoàn thành). Trong một thế giới mà trẻ vị thành niên được đánh giá bằng số lượng lớp học nâng cao chúng có thể tham gia trong một ngày ở trường thì đây là điều cha mẹ khó có thể thực hiện được. Điều đó đem lại cảm giác nguy hiểm thực sự. Hãy tự nói với bản thân rằng: "Con đang quá giỏi, quá năng suất, quá tham vọng, và mình thấy như thế sẽ tổn thương tinh thần và sức khỏe của con". Sau đó, hãy nói với đứa con đang học lớp Mười một của bạn rằng: "Bố/ Mẹ can thiệp vào vì thấy con căng thẳng tới mức nào, dù rằng bản thân con có thể không nhận thấy. Bố/ Mẹ nghĩ rằng con nên ngừng tham gia vào đường dây hỗ trợ tuổi teen tháng này". Hoặc: "Con không nên học hai môn nâng cao và chạy đua vào đội chạy việt dã của trường đại học vào kỳ tới dù bố/ mẹ biết con thực sự rất muốn".

Các ông bố bà mẹ, hãy tìm thời gian để trôi

Nuôi dạy trẻ vị thành niên là một cuộc đua trường kỳ, chứ không phải chạy nước rút. Nếu bạn muốn có sức mạnh để hướng dẫn con vượt qua quá trình cách ly mình, bạn cần phải có thời gian thường xuyên tách bạch, cách ly với con. Bạn phải đảm bảo có thời gian chăm sóc bản thân: vui vẻ đi chơi với những người bạn tốt; đọc những thứ không phải là báo cáo, catalog hay sổ tay giới thiệu trường học; nghe những thứ không phải "gu" của con, thưởng thức những món ăn mới và ngon miệng; chuyển sang nhịp điệu chậm rãi, êm ả hơn.

Tôi cũng gợi ý là bạn nên theo đuổi những hoạt động như bữa tối Shabbat, thay đổi mối quan hệ của bạn với thời gian, sao cho

chúng ngốn trọn thời gian, tâm trí của bạn để bạn không nhận thấy thời gian đang trôi qua. Cảm giác lạc trong thời gian này được gọi là *trôi*. Mihaly Csikszentmihalyi của Viện nghiên cứu Drucker trực thuộc trường Đại học Claremont Graduate là người đã phát triển khái niệm đó. Ông đã dành trọn cả đời để nghiên cứu điều gì khiến con người hạnh phúc, và đã khẳng định được rằng: hoạt động nào đưa bạn rơi vào trạng thái *trôi* là hoạt động có tác dụng đem lại sự thỏa mãn cho bạn.

Điều gì khiến chúng ta rơi vào trạng thái trôi? Với một số người thì đó là thể thao, là đi bộ đường dài, là cầu nguyện tập thể, là nghe nhạc hoặc chơi một nhạc cụ nào đó, là sáng tạo nghệ thuật, là nấu ăn, hoặc quan hệ tình dục kích thích hay hài hước (không phải kiểu quan hệ trả-bài-lấy-lệ). Để bước được vào trạng thái trôi, bạn cần phải làm một việc gì đó với sự tập trung cao độ, chứ không phải làm nhiều thứ khác nhau với sự quan tâm chú ý bị chia năm sẻ bảy. Một trong những cách yêu thích của tôi để đạt được trạng thái trôi là lặn biển – hoạt động sẽ giúp tôi thoát khỏi thời gian, không gian và những lo lắng thường nhật. Không có bất kỳ âm thanh gì. Bạn cũng không thể nói chuyện được với mọi người, chỉ có chỉ trỏ thôi. Bạn không nhìn thấy gì khác ngoài màu sắc, ánh sáng và những chuyển động khi cơ thể nhẹ nhàng lắc lư trong sóng. Một số giác quan bị hạn chế, và những giác quan khác lại được tăng cường - một tình huống bình thường khiến sự quan tâm của bạn chuyển thành sự tập trung cao độ. Nhưng như hầu hết mọi người, tôi không sống ở gần bãi biển Hawaii, vì thế, tôi cũng làm vườn, nướng bánh và chơi trò chơi đảo chữ Bananagrams. Đan lát, đi bộ, giải ô chữ hoặc chăm chú đọc sách là những cách đơn giản, dễ dàng để đạt được trạng thái trôi.

Hãy nhìn quanh để tìm kiếm cách thức yêu thích để thay đổi kênh tâm lý của riêng bạn. Khi bạn làm việc gì đó cuốn hút tới mức có thể tạo ra trạng thái trôi, có nghĩa là bạn đang tập hợp những tia sáng thần thánh, tận dụng những gì mà vũ trụ đem lại cho bạn. Bạn bước vào trạng thái được làm mới của cuộc sống với những đứa con đang ở thời kỳ mới lớn của mình. Đến lúc ăn bữa tối Shabbat,

bạn sẽ có điều gì đó thú vị hơn bài kiểm tra Tiếng Anh sắp tới của con để nói chuyện.

Nơi trú ẩn

Ngoài việc dành thời gian để nghỉ ngơi, cha mẹ cần phải tạo ra một không gian riêng tư, nơi trẻ không được phép bén mảng tới. Gần đây, tôi đã có dịp nói chuyện với Allie – cô bé 14 tuổi cao ráo, mắt lấp lánh. Mẹ Allie, bà Susan, đã đưa con bé tới gặp tôi để xem tôi có thể giúp con bé bỏ thói quen phớt lờ những nguyên tắc trong nhà hay không. Cuộc nói chuyện của tôi và Allie như sau:

> *"Mẹ cháu có vẻ rất buồn. Cháu nghĩ điều gì khiến mẹ như vậy?", tôi bắt đầu.*
>
> *"Cháu mở tủ của mẹ và lấy quần áo của mẹ".*
>
> *"Rồi sao nữa?"*
>
> *"Cháu lại làm như vậy".*
>
> *"Vừa mới xong à?"*
>
> *"Vâng ạ".*
>
> *"Tại sao thế? Lý do là gì vậy?"*
>
> *"Cháu thích quần áo của mẹ hơn nhiều so với quần áo của cháu".*

Hiển nhiên, mẹ của Allie không bực bội tới mức phải thực sự làm gì với vấn đề đó, chẳng hạn như quy định chỉ khi ngoan ngoãn con mới được mượn đồ. Từ cuộc nói chuyện với Susan tôi biết rằng cô ấy rất tự hào khi thấy con gái mình xinh đẹp trong những bộ trang phục đó – những bộ quần áo đắt tiền hơn bất cứ thứ gì mà cô ấy có thể mua cho một đứa trẻ mới lớn. Allie hiểu được thông điệp đó, vì

vậy, cô bé vẫn tiếp tục lục tủ quần áo của mẹ. Nhưng người mẹ này sẽ cảm thấy như thế nào nếu con gái mình bắt đầu lục lọi đồ trang sức hoặc xe ô tô của cô ấy mà không xin phép? Rồi sẽ thế nào nếu cô bé "lấy" cả bạn trai của mẹ nữa?

Chúng ta cần phải vạch rõ các đường ranh giữa thế giới của chúng ta và thế giới của con cái. Một trong số những đường ranh đó cần phải được vạch ở phòng ngủ của bạn. Hãy biến nó thành một căn hầm trú ẩn yên tĩnh, cuốn hút của người lớn. Hãy giải thích với con của bạn rằng phòng ngủ của bạn là nơi riêng tư, là không gian của người lớn. Luôn luôn đóng cửa, và hãy yêu cầu con bạn phải gõ cửa, và chỉ khi được cho phép mới được bước vào phòng. Hãy đặt ra và thực thi các nguyên tắc về việc mượn quần áo, đồ trang điểm hoặc sử dụng phòng tắm của bạn.

Khái niệm hầm trú ẩn không chỉ giới hạn trong những vật dụng hữu hình và không gian riêng tư của bạn. Mà nó còn có thể bao hàm cả quá trình suy nghĩ và cả cảm xúc của bạn nữa. Bạn có quyền được có tâm trạng tồi tệ, và bạn không cần phải có một lý do chính đáng nào cả. Trẻ không cần phải biết thu nhập của gia đình, không cần biết tại sao bạn không còn gặp một người bạn nào đó nữa, không cần biết tình sử của bạn, hay bất cứ thông tin cá nhân nào mà bạn không muốn tiết lộ. Hầm trú ẩn còn có thể mở rộng phạm vi sang cả những việc mà bạn vẫn luôn khao khát, chẳng hạn như sự gần gũi khi con ngồi trên đùi bạn. Một vài người trong số các bạn có thể nói: *Thật tuyệt! Bọn trẻ lại ngồi lên đùi tôi! Tôi phấn khích quá. Thật giống như lúc chúng còn nhỏ vậy.* Nhưng bạn có thể không có tâm trạng nào để đón nhận việc đó vào một thời điểm cụ thể nào đó, và bạn hoàn toàn có quyền làm như vậy. Bạn có thể nói với con rằng: *"Không phải lúc này. Con có thể quay lại sau khi bố/ mẹ có cơ hội nghỉ ngơi một chút".* Hoặc nếu nhà bạn là địa điểm tụ tập, bạn có thể đặt ra giới hạn về số lượng khách được phép đến chơi ngay cả khi bạn cực kỳ thích con cảm thấy thoải mái và hạnh phúc khi có sự hiện diện của bạn. Nếu bạn tự mình tước mất không gian và sự riêng tư của bản thân, nếu bạn trở thành một người dễ dãi, không có ranh giới nào bảo vệ bạn, thì nhiều khả năng là bạn sẽ phản ứng với những lúc xuống tinh thần của bọn trẻ bằng sự giận dữ, thất vọng

hoặc oán hận. Duy trì hầm trú ẩn chính là cách nuôi dưỡng tinh thần phòng ngừa.

Trẻ mới lớn là người truyền cảm hứng

Khi các con còn nhỏ, thật dễ để nhìn thế giới qua đôi mắt của chúng. Khi bạn không khó chịu vì con mặc quần áo chậm, xuống trễ và xe đến đón con đi chơi đã ở trước cửa nhà, bạn có thể bắt được sóng của con, giảm tốc và đánh giá cao cảm nhận về thời gian của con. Bạn cũng có thể gạt nhiệm vụ trước mắt của mình qua một bên để thưởng thức sự lôi cuốn của một vốc đá nhẵn bóng hay sự thích thú của con với bong bóng xà phòng.

Trẻ mới lớn không dành một cánh cửa tương tự như vậy cho sự ngưng đọng thời gian thanh bình. Nhưng mục tiêu của việc nghỉ ngơi không đơn thuần là thư giãn và làm mới, và với ý nghĩa đó, chúng có thể là người truyền cảm hứng. Bọn trẻ có thể nhắc chúng ta nhớ mình đã đánh mất điều gì thông qua sự sợ hãi, sự bỏ cuộc, sự mệt mỏi và sự ngập ngừng. Chỗ người lớn lịch sự và nhã nhặn thì trẻ mới lớn lại thô lỗ và ầm ĩ. Chúng biết niềm vui của việc tắm nước nóng thật lâu, của việc mặc quần áo thể hiện được hình ảnh xinh đẹp độc đáo của chúng, của việc ngủ bao lâu tùy thích, của việc tận hưởng đồ ăn thức uống, của việc không cần cố gắng, của việc động chạm cơ thể, của việc cãi nhau nảy lửa với một người bạn tốt rồi sau đó lại làm hòa, và của cả âm nhạc nhẹ nhàng hay chát chúa. Chúng sẽ không mời bạn tham gia vào bất cứ hoạt động nào chúng thấy thú vị, và thường thì bạn cũng không muốn luôn. Nhưng nếu bạn thận trọng quan sát sự chuyên nghiệp của con trong những thú vui, đam mê đó, bạn sẽ tìm thấy cho mình một nguồn năng lượng dồi dào để làm mới bản thân.

Sự may mắn của việc phá luật: Cuộc sống thực giống như phòng thí nghiệm đạo đức

Bạn muốn con bạn biết đúng, biết sai, hiểu được các tiêu chuẩn của xã hội và của gia đình, đồng thời đưa ra được các quyết định vừa tôn trọng bản thân, vừa tôn trọng người khác. Nhưng đây là một việc phức tạp, và trẻ lớn mới chỉ đang trong quá trình học hỏi, tìm tòi. Sẽ chẳng có ai thực sự hiểu được sinh học nếu không có phòng thí nghiệm, và sẽ chẳng có sự chuyển giao giá trị thực sự nào nếu không có việc thử và sai. Vì thế bạn có thể nói với bọn trẻ về các giá trị của gia đình mình. Bạn có thể gửi con đến trường vào Chủ nhật và trại hè phát triển tính cách. Trẻ có thể tham gia vào các lớp học giáo dục tính cách, các chương trình tập kịch về nạn đạo văn, bắt nạt, định kiến, nhân phẩm và tự tôn trọng bản thân. Người lớn nói một số hành động và thái độ nào đó là sai, nhưng trẻ mới lớn cần phải khám phá ranh giới của những tuyên bố này: Khi nào, ở đâu, như thế nào và với ai? Ý của chúng ta có thực sự như điều chúng ta nói? Đâu là ngoại lệ?

Chuyện gì sẽ xảy ra nếu bạn là một đứa trẻ không có nhiều tiền tiêu vặt và bạn lấy trộm một món đồ gì đó ở cửa hàng? Chuyện gì sẽ xảy ra nếu bạn làm việc ở cửa hàng đó? Hậu quả nghiêm trọng hơn hay bớt nghiêm trọng hơn?

Chuyện gì sẽ xảy ra khi bạn rất thông minh và viết câu trả lời của bài kiểm tra lịch sử lên mặt sau của tờ giấy ghi nhãn hiệu chai nước và lại dán nó lại như cũ?

Chuyện gì sẽ xảy ra nếu bạn bảo vệ một người bạn lấy trộm tiền từ ba lô của một người khác, nhưng không lấy bất cứ đồng nào

cho riêng mình?

Chuyện gì sẽ xảy ra nếu bạn được nhờ trông nhà cho hàng xóm, và bạn đã tổ chức một bữa tiệc hoành tráng ở tầng hầm nhà họ?

Nếu bạn giúp một người bạn của mình bằng cách cho bạn mượn vở làm bài tập ở nhà của bạn thì sao?

Nhiều bậc phụ huynh thấy những tình huống này thật đáng sợ, nhưng đây chính là "hình dạng" của "công trường" đạo đức lành mạnh, bình thường. Khi trẻ tìm được câu trả lời cho những câu hỏi này, chúng sẽ hình thành suy nghĩ nội tại sâu sắc về những quy tắc ứng xử mang tính xã hội. Sẽ có lúc trẻ nói dối, giấu giếm, mách lẻo, gian lận khi thi cử, lấy trộm đồ trong cửa hàng, vi phạm một số nguyên tắc hoặc vi phạm một số luật lệ nào đó. Phần đông trẻ mới lớn không cam chịu cuộc sống bị gò bó, kìm kẹp. Chỉ đơn giản là chúng đang thực hiện một số cuộc thí nghiệm lớn và nhỏ. Thà để chúng thực hiện những cuộc thí nghiệm đó lúc này, khi còn ở dưới mái nhà của bạn, trong vòng tay bao bọc của bạn, còn hơn là sau này khi chúng phải phụ thuộc vào những hệ quả khó khăn hơn trong thế giới người lớn. Đừng hốt hoảng với những dấu hiệu đầu tiên của việc chưa trưởng thành, chín chắn về mặt đạo đức. Nếu bạn hốt hoảng, bạn sẽ không có niềm tin và sức mạnh để đóng vai trò người quản lý, hướng dẫn đạo đức cho con, để dạy con biết rằng những thử nghiệm của chúng cuối cùng cũng hé lộ sự thật.

Cha mẹ có thể can thiệp như thế nào?

Khi bọn trẻ vượt quá giới hạn cho phép, việc đầu tiên và trước nhất trong danh sách tự vấn bản thân của bạn là dừng lại và tự hỏi liệu mình có vô tình hỗ trợ hoặc dung túng cho hành vi đó của trẻ không. Cũng như những cái bẫy thú mà người thợ săn ngụy trang bằng lá cây và dây leo, những cái bẫy đạo đức của cha mẹ thường được ngụy trang bằng vẻ ngoài vô tội của họ.

Bẫy trung thành

Những bậc phụ huynh quá trung thành thường đổ lỗi cho hoàn cảnh bên ngoài hoặc những tình tiết giảm nhẹ để giải thích cho hành động vô tổ chức của con. Gian lận được đổ lỗi cho giáo viên không có chuyên môn hoặc do dạy dỗ không công bằng; bắt nạt được cho là bắt nguồn từ những đứa trẻ ghê gớm cùng trang lứa. Có lần, quản lý của một trường đã tiến về phía tôi sau khi nghe xong bài phát biểu của tôi ở một buổi hội thảo và nói một cách châm biếm rằng: "Khi tôi còn nhỏ, nếu tôi về nhà và than phiền rằng thầy giáo gí súng vào đầu tôi, mẹ tôi sẽ hỏi *"Con đã làm gì? Phải thế nào thì mới bị như thế chứ!"* Giờ mọi chuyện đã hoàn toàn khác rồi. Nếu có một học sinh vi phạm nội quy của trường, cha mẹ học sinh ấy sẽ phi đến, hùng hổ như đang cưỡi trên lưng ngựa, tuốt kiếm ra để trả thù cho việc làm sai trái với con họ, chứ không phải *của* con họ.

Khi bạn cảm thấy bị thôi thúc phải bảo vệ và bao bọc đứa con đang ở thời kỳ mới lớn của mình khỏi những hệ quả do hành vi của chúng gây ra, hãy định nghĩa lại khái niệm trung thành. Khi bạn ủng hộ những lý lẽ hoặc biện giải của con bạn, hoặc khi bạn hành động như thể thế giới là nơi quá khắc nghiệt khiến con bạn khó có thể xoay xở được nếu không có sự bảo vệ của cha mẹ, thì có nghĩa là bạn đang trung thành với… quá khứ là một em bé của con bạn. Nhưng khi bạn cho phép con trải nghiệm nỗi đau theo sau hành động sai trái của con, và học hỏi từ nỗi đau đó, bạn đã thể hiện lòng trung thành sâu sắc với tương lai của con mình, xem con như một người lớn độc lập, có trách nhiệm.

Bẫy khách quan

Đôi khi cha mẹ giống như những nhà trị liệu vô tư hơn là người quản lý quá trình phát triển đạo đức của con. *Vì chồng tôi luân chuyển công tác, nên chúng tôi đã chuyển nhà bốn lần kể từ khi Josh học lớp Bốn, do đó, Josh đã phải học cách thích ứng với không gian và thời gian mới. Tôi có cảm giác con cho rằng "bán" sự vui vẻ, say mê trên xe buýt đưa đón học sinh là cách nhanh và hiệu quả để làm quen với mọi người trong ngôi trường cấp hai rộng lớn, lạ lẫm.*

Khi đánh giá hành động của Josh từ quan điểm, lập trường của thằng bé, thật dễ hiểu cho những sai lầm của con.

Sẽ rất tốt khi công bằng, khi nghi ngờ chính đáng, nhưng nếu đi quá xa, bạn sẽ mơ hồ về ý nghĩa và tác động thực sự của những lựa chọn sai lầm. Khi bạn ngụy biện cho hành động của con có nghĩa là bạn đã không dạy con tự chăm sóc bản thân mình. Bạn đang dạy con tự cản trở chính mình, dạy con tin rằng con suy nghĩ quá đơn giản, rằng con không biết kiểm soát bản thân, hoặc khó có thể học được cách sống mà không phá vỡ nguyên tắc và luật lệ.

Bẫy giải trí

Bạn có thấy vui vì những vi phạm của con không? Những trò đùa thô tục của con có đưa bạn vào một thế giới mà bạn chưa bao giờ bước chân vào khi còn ở tuổi chúng, hoặc thậm chí là gợi lại những kỷ niệm đáng nhớ hay không? *(À, khi còn học trung học, chúng tôi đã dùng thuốc diệt cỏ viết năm tốt nghiệp của mình lên sân bóng).* Một ông bố đã cười khi kể với tôi rằng: “Tôi là thành viên của NORML[(1)] từ khi còn học cao đẳng, nên hút thuốc với Oliver (tên cậu con trai 17 tuổi của ông) có vẻ rất ‘bình thường’”.

Nếu bạn quá buồn cười với hành vi của con, hoặc quá tự tin là những hành vi gần đây của con sẽ trở thành những câu chuyện hài hước để kể khi con 40 tuổi, thì phản ứng của bạn đang thiếu vẻ trang trọng phù hợp của người làm cha làm mẹ. Bạn không thể nói điều con bạn cần phải nghe dưới dạng “Con là đồ đầu đất à?”. Ngay cả khi lời nói của bạn thể hiện sự không đồng tình với hành vi của con, thì ánh cười trong mắt cũng đang tố cáo bạn.

Bẫy mệt mỏi

Giám sát và hướng dẫn trẻ vị thành niên là công việc vô cùng nặng nhọc. Việc đó cũng mệt lử như việc đuổi theo một đứa bé mới biết đi suốt cả ngày nhưng lại không được đền bù ngay lập tức như khi ôm đứa bé đáng yêu, dễ thương, mãn nguyện đó vào lòng. Đôi khi cha mẹ giảm thiểu hành vi tiêu cực của trẻ đang tuổi lớn để chúng có thể

tránh được những khó khăn, vất vả, tạo ra những hệ quả và thực thi những hệ quả đó ngày qua ngày rồi lại qua ngày. Nếu bạn dành quá nhiều thời gian để tạo công việc bận rộn cho bản thân, lướt web, hoặc tán gẫu với bạn bè, giáo viên về con bạn thay vì gặp mặt chúng trực tiếp thì bạn là một ông bố/ bà mẹ chểnh mảng. Đây là điều dễ hiểu thôi. Lên mạng và tránh mâu thuẫn bao giờ cũng dễ dàng hơn là tranh cãi. Bạn thậm chí còn có thể tự nói với chính bản thân rằng mình không giận. Nhưng tránh mâu thuẫn cũng rất mệt mỏi và cuối cùng, điều đó lại tác động đến đứa con của bạn, khiến nó trở thành một đứa trẻ có vấn đề về đạo đức.

Bạn có rơi vào một trong những cái bẫy kể trên không? Nhiều hơn một? Đừng lãng phí thời gian giày vò bản thân với bất cứ "thất bại" nào mà bạn có thể gặp phải. Tất cả chúng ta ai cũng từng như vậy cả thôi. Hãy chuyển sang bước tiếp theo, bước thay đổi chiến lược. Nếu bạn *quá* trung thành, dễ tha thứ và thấy thích thú với hành vi không tốt của đứa con đang tuổi lớn, có nghĩa là bạn đang "tạo điều kiện dễ dàng" cho nó, đó là nói theo chương trình 12 bước. Nếu bạn nghi ngờ con bạn có thể là "bệnh nhân chỉ định" – con chim hoàng yến trong khu hầm mỏ cảnh báo gia đình cần không khí trong lành, cởi mở – thì hãy xin lời khuyên từ nhà vật lý trị liệu. Nếu bạn quá mệt mỏi khi phải đối mặt với con bạn, bạn sẽ cần phải dừng lại, mở rộng nguồn lực của mình, tìm kiếm các cách để nạp lại năng lượng và trang bị lại vũ khí. Sau đó bạn sẽ có năng lượng cho bước tiếp theo, bước chuẩn bị bản thân để giải quyết những hệ quả bắt nguồn từ những vi phạm của con bạn.

Chinh phục nỗi sợ hậu quả của bạn

Trẻ mới lớn đang trong quá trình học hỏi về đạo đức sẽ không biết đâu là giới hạn của các quy tắc xã hội nếu quyết định sai của chúng không đi kèm với hình phạt. Khi con bạn không biết cư xử, bạn cần phải áp dụng các biện pháp kỷ luật.

Nhiều ông bố bà mẹ cảm thấy đắn đo hoặc bối rối với những hệ quả, đặc biệt là khi biện pháp kỷ luật của chính những bậc sinh thành ra họ lại có vẻ mang tính trừng phạt nhiều hơn là răn đe:

“Mày hút thuốc á? Được, để xem mày thấy thế nào khi hút hết bao thuốc này!”

Hoặc nếu bạn thấy họ kết tội hoặc nhục mạ *bạn* thay vì hành vi của bạn:

“Cút vào phòng và ở yên trong đó. Mày làm tao thấy khó chịu”.

Hoặc nếu bạn chỉ cảm thấy xấu hổ chứ không được khuyến khích khi chẳng có bất kỳ hình phạt nào:

“Tao xem bảng điểm của mày rồi. Chẳng có gì ngạc nhiên cả”.

Nhưng các hình phạt cho việc làm sai và việc làm có hại, nếu được áp dụng đúng, sẽ là công cụ dạy dỗ rất tốt. Họ chia sẻ: “Ố ồ. Con không nghĩ đến điều này. Lựa chọn sai lầm của con khiến chúng ta mất tiền hoặc nói theo cách của con là làm ảnh hưởng đến lòng tự tin của bố/ mẹ, ảnh hưởng đến danh tiếng tốt đẹp của gia đình mình trong cộng đồng, hoặc tiêu diệt khả năng vô âu, vô lo của bố/ mẹ. Vì điều này, con cần phải sửa đổi”.

Hệ quả dạy cho chúng ta về các hướng: *không phải ở đây, không phải bây giờ, không phải theo cách đó, mà ở đây, ngay bây giờ* và *theo cách nà*y. Làm thế nào cha mẹ có thể duy trì được sự gắn kết yêu thương cũng như tinh thần đáng yêu của trẻ đang tuổi lớn mà vẫn có thể dạy cho trẻ một bài học? Các rabbi đưa ra lời khuyên dưới đây.

TESHUVAH (SÁM HỐI)

Từ để chỉ sự hối cải trong tiếng Do Thái là *teshuvah*, có nghĩa là “sự trở về”, và nó có nghĩa rằng người có tội là người lầm đường hay lạc lối. Và các rabbi cho rằng cách tốt nhất để xóa bỏ thiệt hại, để rút ra bài học ý nghĩa từ sai lầm, là để người có tội quay trở lại

với con đường sáng, con đường đúng đắn của cộng đồng trên bất cứ phương tiện nào mà người đó đã sử dụng lúc đi. Rabbi, nhà đạo đức vĩ đại nhất của người Do Thái hiện đại, Joseph Telushkin đã trích dẫn sự thông thái của giáo sĩ Jonah Girondi ở thế kỷ XIII:

> *Người phạm lỗi lầm biết ăn năn hối cải nên cố gắng làm điều tốt bằng chính khả năng mà người đó đã sử dụng để phạm lỗi… với bất cứ bộ phận nào của cơ thể mà người đó mắc lỗi, người đó nên làm những việc tốt. Nếu đôi chân của anh ta đi lầm vào con đường tội lỗi, hãy để chúng quay trở lại thực hiện việc tốt. Nếu cái miệng của anh ta nói những lời sai trái, thì giờ hãy để nó mở rộng nói những điều đúng đắn. Đôi tay bạo lực nên dang rộng về phía nhân ái, từ thiện… người gây rắc rối giờ phải trở thành sứ giả hòa bình.*

Khi dạy con cách *sám hối*, bạn cần phải đưa con trở lại với vấn đề mà con đã gây ra để con có thể quay ngược điều đã đánh mất. Những hệ quả tự nhiên sẽ có hiệu lực (lái xe quá nhanh sẽ bị phạt; lại lái xe quá nhanh, bằng lái sẽ bị treo), nhưng *sám hối* cần phải diễn ra trước đó. Sám hối biến đổi những điều sai trái thành sức mạnh và sự tự ý thức về bản thân. Các giáo sĩ cho rằng người phạm lỗi có tinh thần ăn năn hối cải là người ở gần Chúa hơn những người chưa bao giờ phạm lỗi. Người đã từng phạm lỗi biết điều gì kích thích anh ta, và điều gì không được làm lần tới. Anh ta đã trưởng thành; anh ta biết hối hận.

Hãy quyết định cách sám hối thích hợp cho hành vi sai trái của đứa con đang tuổi lớn của bạn dựa trên điều chúng cần phải trả lại cho gia đình hoặc cộng đồng: chẳng hạn như niềm tin, thời gian hay hàng hóa. Sám hối có thể được thực hiện đơn giản:

> *Vì con không đến gặp bác sĩ nha khoa khi con nói con sẽ đi, nên con phải tự gọi điện cho bác sĩ, xin lỗi và đặt lại lịch.*

Không về nhà vào giờ giới nghiêm à? Cuối tuần tới con sẽ phải ở nhà để bố mẹ biết con ở đâu và không phải lo lắng gì nữa.

Con và bạn bày bừa khắp phòng. Bố/ Mẹ muốn con dọn phòng – và dành ngày Chủ nhật để giúp bố/ mẹ dọn phòng gác mái.

Trong trường hợp vi phạm đạo đức nghiêm trọng, sám hối cầu đòi hỏi nhiều nỗ lực hơn:

Bố mẹ rất buồn và thất vọng vì con tổ chức tiệc ở nhà khi bố mẹ đi vắng. Con sẽ phải dọn dẹp đống lộn xộn đó và phải đền bù thiệt hại bằng tiền của riêng con. Bố mẹ còn muốn con gọi điện cho bố mẹ của các bạn đã đến nhà mình tham gia tiệc, và xin lỗi vì đã khiến con họ phạm lỗi.

Khi một người nào đó kỷ luật hành vi của con bạn, nhiệm vụ của bạn là tán thành họ, ngay cả khi kết quả có đau đớn thế nào đi chăng nữa. Bạn cũng cần phải thêm yêu cầu sám hối của bạn đối với con:

Thầy Stanley nói là sẽ cho con điểm F vì con đã gian lận trong bài kiểm tra. Vậy nên, con hãy giải quyết hệ quả ở trường đi. Nhưng để chấn chỉnh hành vi sai trái đó, bố mẹ muốn con tình nguyện tham gia chương trình gia sư sau giờ học hai buổi một tuần trong một tháng.

Drew, bố mẹ sẽ cùng con đến tòa, và sẽ đứng cạnh con khi thẩm phán nói về việc lấy trộm đồ trong cửa hàng. Dù chuyện gì xảy ra ở tòa, bố mẹ cũng muốn con phải đền bù thiệt hại đối với danh tiếng của gia đình ta. Con sẽ phải dành ra 20 tiếng lao động công ích để dọn dẹp khu vực xung quanh trung tâm mua sắm.

Rabbi Sidney Schwartz, người sáng lập Viện Giá trị và Lãnh đạo Do Thái Washington – tổ chức truyền cảm hứng cho thế hệ trẻ làm việc thiện, đã miêu tả trẻ vị thành niên là “có một lớp vỏ rất dày tự coi mình là trung tâm bao phủ một cái giếng lý tưởng rất sâu”. Dù trẻ vị thành niên tự coi mình là trung tâm của vũ trụ, nhưng chúng lại rất sôi nổi và biết nhận sai. Thực hiện sám hối giúp chúng phát huy những đặc tính này. Bằng cách “chịu phạt” cho điều làm sai, trẻ sẽ phát triển được sự trưởng thành, chín chắn hơn về mặt đạo đức.

Cân nhắc việc nói ít hơn

Bạn không cần nói nhiều khi giúp trẻ thực hiện sám hối. Trong cuốn *Dạy con kiểu Do Thái: Sự may mắn của chiếc đầu gối bị trầy xước,* tôi đã miêu tả tầm quan trọng của việc khiển trách – trách mắng bằng lời nhẹ nhàng – và giảng giải về hành vi sai trái cho trẻ nhỏ. Khi bị trách mắng, trẻ nhỏ thường sẽ khóc hoặc trông có vẻ bối rối; ngay cả khi chúng cố bảo vệ bản thân hoặc đổ lỗi cho chị/ em gái, bạn vẫn có thể nhận thấy chúng đang “nuốt” từng lời của bạn. Tuy nhiên, trẻ vị thành niên sẽ xem nhẹ lời trách mắng của bạn. Tệ hơn nữa, chúng có thể khéo léo lập luận ngược lại:

> *Sao lại là sai khi lấy một cái lọ xịt bé xíu của Gap chứ? Ở đó họ bán cái gì cũng quá đắt, cứ như thể họ đang ăn cướp tiền của con mỗi khi con mua một cái áo phông vậy! Con chỉ đòi lại công bằng thôi.*
>
> *Chỉ là 55 dặm một giờ thôi mà bố. Nếu bố đi với vận tốc 55 dặm một giờ thì tất cả mọi người sẽ vượt qua bố, kể cả bố có đi đúng làn đường đi nữa. Mà làm gì có ai ở trước con đâu. Không có một cái xe nào. Thế mà con lại bị phạt. Thật là ngớ ngẩn.*
>
> *Trước đây, con chưa bao giờ làm bất cứ việc gì giống như vậy, vì thế con không hiểu tại sao bố/ mẹ lại làm to chuyện đó lên thế. Chẳng lẽ những việc làm đúng đắn trước kia của con chẳng có bất kỳ ý nghĩa nào sao? Chỉ là con quá ngoan; vấn đề là thế. Giờ nếu con làm một việc sai trái, chỉ cần một việc thôi, thì bố mẹ cũng làm ầm lên như thể thế giới này kết thúc đến nơi rồi ấy.*

Khi bạn nghe thấy phản ứng này, cảm thấy hợp lý là điều không thể tránh khỏi. Con bạn bắt đầu câu nói bằng từ “nhưng”, và bạn thấy như mình đang đứng trước vành móng ngựa, cố gắng bảo vệ quan điểm, lập trường của mình, nhưng không bao giờ có thể tìm được đường để quay trở lại vấn đề thực sự (“Nhưng mẹ, mẹ đã nói là…). Hoặc bạn nổi cáu, chỉ để chắc chắn là thông điệp của bạn được truyền tải. Có bà mẹ đang làm việc cùng với tôi đã bực mình tới mức không chịu được, và đã nói với con trai rằng: *Mẹ mong là con vui khi đã phá hỏng cuộc đời mẹ.* Cô ấy không hề có ý định nhục mạ con trai mình, dù rằng hậu quả chính xác là như thế. Cô ấy đã bực tới mức không còn muốn lắng nghe và quan tâm tới điều gì nữa.

Phải làm sao để bạn có thể nói rõ vấn đề khi bạn đang đưa ra các hệ quả, nhưng không được giáo huấn, “giảng đạo”. Dù sao thì trẻ mới lớn cũng có thể bắt bài bạn chỉ sau hai câu đầu tiên. Chúng là kiểu người hành động, và để giao tiếp hiệu quả với chúng, bạn cũng cần phải là những ông bố, bà mẹ hành động. Hãy xác định vấn đề một cách đơn giản và dễ dàng, bỏ qua sự phản kháng và chống cự của chúng, sau đó hãy giải thích về sự sám hối, sửa sai mà con bạn cần phải thực hiện.

Thực thi

Thực hiện sám hối đòi hỏi phải hi sinh. Bọn trẻ cần phải từ bỏ thứ gì đó (tự do, sở thích, tiền bạc hoặc thời gian) và bạn cũng vậy. Bạn cần phải tận tâm giám sát những hệ quả mà con bạn đã lựa chọn. Nếu con bạn bị mắc cạn thì bạn cũng thế. Nếu con bạn thực hiện sám hối bằng cách làm gia sư vào các buổi chiều, bạn có thể đến đón con về nhà. Nhưng nếu không thực thi, sám hối sẽ chẳng khác gì một câu tuyên bố nhiệm vụ có ý tưởng tốt đẹp nhưng rỗng tuếch. Vì thế trước khi bạn bắt đầu đưa ra các hệ quả, hãy kiểm tra xem có bất cứ tổn thương cá nhân nào trong lĩnh vực đó không:

- Bạn có bận rộn, hay quên hoặc vô tổ chức tới mức phớt lờ kế hoạch bạn đã đặt ra để sửa sai không? (Nếu có, con bạn sẽ chỉ

xem lời trách mắng của bạn như tiếng ruồi vo ve bên tai - thứ tiếng mà chỉ cần nó phớt lờ thì sẽ dừng lại ngay).

- Bạn có nóng tính, đề ra các hình phạt khó chịu trong lúc giận dữ và sau lại phải rút lại không? Bạn có cảm thấy thỏa mãn vì đã nổi giận, tới mức cho rằng chỉ riêng "trận lôi đình" của bạn cũng đủ là một hình phạt hiệu quả rồi không? (Không đâu, con bạn sẽ viết về nó như "cơn tam bành của bố mẹ").

- Bạn có bới móc, mang hết những tội lỗi của con trong quá khứ ra và nói "con lúc nào cũng thế" hoặc "con chẳng bao giờ" không? (Điều này sẽ khiến con bạn nản lòng chứ không có tác dụng khuyến khích con tiến bộ).

- Bạn có "biểu hiện" muốn trừng phạt, nhưng sau đó lại sợ phá vỡ sợi dây liên kết mỏng manh giữa bạn và con tới mức lại dẫn con đi ăn kem không? Bạn có để con cầu xin, dỗ ngọt, làm nũng hoặc khiến bạn sao nhãng, quên việc trừng phạt đi không? (Nếu vậy, bạn đã dạy cho con thao túng mình bằng sự quyến rũ hời hợt rồi đấy).

Thực thi các hình phạt đối với hành vi không tốt có thể khó hơn so với việc cho con cơm ăn, áo mặc, nhưng đó cũng là việc cần thiết. Cũng giống như nhiệm vụ giữ ấm cho con, cho con một mái nhà che mưa, che nắng, cho con cái ăn, cái mặc, theo sát và thực thi cũng thể hiện tình yêu của bạn với con.

Đằng sau hệ quả: giải quyết xu hướng tội lỗi của con bạn

Đạo Do Thái nói rất rõ về lợi ích của việc sám hối đối với những trẻ mắc lỗi. Nhưng những lời dạy của người Do Thái cũng miêu tả về một loại hành vi xấu không thể giải thích được bằng thực tế đạo đức đơn giản. Tôi đang nói về khái niệm mà tôi đã miêu tả trong chương 5: *yetzer hara*, xu hướng tội lỗi tồn tại trong tất cả chúng ta. Dù cha mẹ có thể ước giá mà họ xóa bỏ được xu hướng tội lỗi trong con mình, nhưng tôi lại không khuyến khích điều đó. Các rabbi thời cổ

đại tin rằng dù xu hướng này khiến chúng ta gây ra rắc rối, nó vẫn là đốm sáng của cuộc sống, là nguồn gốc của mọi thành tựu sáng chói của con người. Tiêu diệt xu hướng đó có nghĩa là bạn đã tiêu diệt tinh thần của con bạn.

Với những người khác nhau, xu hướng đó lại có những dạng thức khác nhau. Dạng thức của xu hướng đó ở con bạn có thể lạ lẫm, không quen thuộc, hoặc đáng sợ, nhưng bạn cần phải tiếp cận với nó bằng sự tò mò, không định kiến, vì xu hướng tội lỗi này ẩn chứa mọi tiềm năng. Cũng giống như lửa, xu hướng này có thể dùng để làm điều thiện hoặc điều ác. Cũng giống như lửa, nó cần được bảo vệ và tôn trọng, chứ không phải bị tiêu diệt. Nhiệm vụ của chúng ta, những người làm cha làm mẹ, là phải giúp con cái chúng ta học được cách sử dụng xu hướng đó vì những mục đích tốt đẹp nhất, thiêng liêng nhất – để sáng tạo chứ không phải để phá hủy. Khi trẻ lớn hơn, quá trình này cũng trở nên đáng sợ hơn. Khi trẻ còn nhỏ, ngọn lửa của xu hướng tội lỗi đó chỉ là một đốm lửa bập bùng. Có hờn dỗi, có nín thở, có cấu, có cắn, có cào, có đấm, có đá, có vồ, có ôm - những hành vi dễ thương khiến cha mẹ có thể muốn đăng tải lên YouTube. Nhưng với trẻ vị thành niên, xu hướng đó lại là một ngọn lửa dữ dội. Xu hướng đó được xem là kẻ hủy diệt bảng điểm và danh tiếng. Nó đe dọa đốt cháy cây cầu dẫn tới tương lai của con bạn.

Vậy làm thế nào bạn có thể tôn trọng và bảo vệ xu hướng dữ dội của con bạn? Bằng cách nào bạn có thể bảo vệ được đam mê và sự sáng tạo của con mà vẫn có thể giúp con trở thành một người lớn có trách nhiệm? Khi con nói dối với bạn, và sau đó nói dối về lời nói dối; khi con làm xấu gia đình hoặc làm xấu chính bản thân; khi con gian lận và ăn trộm, hãy thực thi hệ quả bằng mọi cách. Nhưng tôi cũng khuyên bạn nên nhìn nhận thẳng thắn xu hướng tội lỗi của con bạn. Phải tìm hiểu về xu hướng đó. Hãy tìm ra mặt tốt của xu hướng đó và áp dụng. Quá trình đó bắt đầu bằng cách xác định bản chất độc nhất của xu hướng tội lỗi trong con bạn.

Amelia và xu hướng quyến rũ

Báo cáo về các hoạt động của cô bé 15 tuổi Amelia được gửi về nhà thông qua hệ thống thông tin mật của mẹ. Amelia đã cặp kè với hai cậu con trai khác nhau ở bữa tiệc hóa trang; hơn nữa, con bé còn không học ở thư viện sau khi đi học về như đã nói, mà lại dành cả buổi chiều trong phòng của Hội học sinh với một cậu bé 18 tuổi tên là Nick.

Bố cô bé, ông Jeff, rất lo lắng về việc nói dối của con gái. Mẹ cô bé, bà Laurel, lại thấy xấu hổ với sự bừa bãi công khai của con gái. Bà Laurel tự dằn vặt mình: Sao Amelia lại có thể bán mình rẻ mạt như vậy? Nhà họ còn thiếu cái gì nữa? Tất nhiên, cả bố, cả mẹ của Amelia đều lo lắng về những hệ quả của hành vi quan hệ tình dục của con gái tới sức khỏe và danh tiếng của con.

Khi tôi thảo luận vấn đề cùng với ông Jeff và bà Laurel, cả hai đều đồng ý thực hiện sám hối cho Amelia. Vì Amelia nói dối về chỗ cô bé ở, nên cô bé sẽ phải giải thích rõ ràng với họ về bất cứ lời nói dối hoặc bất cứ câu nói nào chỉ có một nửa là sự thật mà cô bé đã nói với họ. Chính xác hơn, Amelia bị cấm túc một tháng. Sau khoảng thời gian cấm túc đó, ông Jeff và bà Laurel mới đánh giá lại sự trung thực của Amelia. Nhưng tôi đã giải thích rằng tôi cũng rất quan tâm tới một việc khác nữa - theo dõi những đặc điểm của xu hướng tội lỗi trong Amelia.

Tôi thường bắt đầu quá trình này bằng cách hỏi các ông bố bà mẹ điều gì khiến con họ vui vẻ khi còn nhỏ. Con có thích thú với sóng ở bãi biển, hay pháo hoa không? Liệu âm nhạc có giống như nút công tắc khiến con bắt đầu hát hò và nhảy múa không? Con có thích cắt gọt không? Con có thích những thứ quyến rũ hoặc hấp dẫn: chăn mềm mại, chạy chân trần, liếc nhìn chỗ bị cấm không? Con có thích lang thang và khám phá không? Phòng của con có gọn gàng, ngăn nắp không, và con có giả vờ làm “bài tập về nhà” ở trường mẫu giáo không? Hành động như thể thủ lĩnh của bọn trẻ con trong xóm, lập nhóm, phân công nhiệm vụ và trách nhiệm cho từng người? Hoặc con có thích làm trò hề và khiến mọi người cười không? Con có thích cuộn tròn trong chiếc chăn với những món đồ nhồi bông yêu thích không? Con có phải đứa bé tò mò, lúc nào cũng

hỏi “tại sao mọi người lại nghĩ thế?” và mọi thứ vận hành ra sao không? Câu trả lời cho những câu hỏi đó có thể giúp bạn chấn chỉnh lại hành vi rắc rối hiện tại của con thành sự minh họa mới mẻ, sinh động cho những phẩm chất tốt nhất của chúng.

Tôi đã hỏi Jeff và Laurel xem Amelia thích làm gì khi còn là một đứa bé sôi nổi, trước khi hoóc-môn và áp lực học hành cũng như xã hội bắt đầu hủy hoại cô bé. Phải mất một lúc suy nghĩ họ mới nhớ ra được, và rất nhiều chuyện đã được kể lại. Amelia thích đất nặn Play-Doh, thích nô đùa với mấy cậu em họ bằng cách dùng đất nặn Play-Doh nặn những cốc kem nhỏ xíu, cũng có ngọn xoắn, nặn những đĩa thức ăn có hạt đậu và hạt ngô, có xúc xích và có cả khăn ăn chấm bi được gấp cẩn thận ở bên cạnh. Amelia rất tận tình chăm sóc em búp bê Mary hay bị cúm và hay đòi đu đưa ru ngủ. Chẳng mấy chốc Laurel và Jeff bắt đầu tươi cười khi nhớ lại cô con gái giàu trí tưởng tượng, giàu tình cảm của mình - mặt dễ thương của đứa con vị thành niên có hành vi sai lạc về tình dục. Tất cả chúng tôi đều đã hiểu được xu hướng tội lỗi của Amelia.

Việc xác định bản chất độc đáo trong xu hướng tội lỗi của bọn trẻ mới lớn là một bài tập rắc rối về tầm nhìn, kiểu như cố gắng nhìn thấy hình ảnh ba chiều tuyệt đẹp và bất ngờ trong những bức tranh hoặc những cuốn sách *Mắt thần* (Magic Eye). Bạn cần phải thả lỏng, nhìn theo cách lạ. Trước tiên bạn chỉ nhìn thấy những kiểu bình thường trên bề mặt, nhưng khi bạn phá vỡ cấu trúc và nhìn sâu thêm bạn sẽ thấy một hình ảnh hoàn toàn mới. Một con khủng long! Bảy con thiên nga đang bơi lội! Những viên đá hoa cương màu sắc tuyệt đẹp!

Vì thế, cũng như Laurel và Jeff, khi tầm nhìn của bạn bị giới hạn bởi sự giận dữ và chán nản, hãy dừng lại. Hãy nhìn quanh. Quang cảnh xa lạ này có khả năng khiến bạn lóa mắt; tinh thần, sự thông minh hoặc dũng cảm có thể đánh bay các rắc rối của con bạn. Hãy cố gắng nhìn nhận theo nhiều chiều hơn. Giống như Laurel và Jeff có thể nhìn nhận hành vi quan hệ tình dục của Amelia để thấy ẩn trong đó là một đứa trẻ giàu tình cảm, bạn cũng có thể nhìn nhận theo cách khác về những vấn đề mà con bạn đã gây ra.

Người làm cha làm mẹ có thể phàn nàn: “Con trai tôi lái xe quá tốc độ cho phép và chở theo một đám bạn, trong khi giấy phép lái xe của con là loại cấm chở bất kỳ người nào trong sáu tháng nữa. Con bị phạt vì vượt quá tốc độ, nhưng may mắn là không bị treo bằng lái. Và tháng này con đã đi chơi qua giờ giới nghiêm ba lần rồi”. Hành động này có thể là ám hiệu để nhớ lại bản chất và tính khí của đứa trẻ khi còn nhỏ: *Cậu bé đó phấn khích khi thấy sóng biển và pháo hoa*.

Dưới đây là một vài khả năng khác:

- “Chúng tôi phát hiện ra Malcolm đã ở cùng với bạn gái vào tối thứ Sáu tuần trước, cả hai cùng xem phim hoạt hình Scooby-Doo, và ăn mì ngay trên xe khi đỗ ở Lake Shore Drive[(2)]. Khi chúng tôi hỏi con nghĩ gì mà làm như vậy, con nói: “Rất thú vị ạ, giống như chúng con đang đi cắm trại, hay là người vô gia cư ấy. Đại thể thế ạ”. *Cậu chàng này đã từng thích sự ấm cúng và thích được ôm thật chặt*.

- “Con bé nói dối chúng tôi. Con bé nói đang ở nhà một người bạn nhưng lại đi dự tiệc với những người bạn mà chúng tôi không biết”. *Thích được lang thang và khám phá*.

- “Thằng bé gian lận khi làm bài kiểm tra và bị tóm. Thay vì học, thằng bé lại dành hàng giờ đồng hồ để cùng với bạn làm những đoạn video tải lên YouTube”. *Thích chọc cười và thích được là trung tâm của sự chú ý*.

- “Chúng tôi phát hiện ra con bắt nạt những người bạn khác trên mạng”. *Thủ lĩnh của bọn trẻ, luôn lập ra các nhóm*.

- Trong phiếu nhận xét, giáo viên dạy Tiếng Anh của con viết con có thể “thách thức các bạn đồng trang lứa”. Trong cuộc họp phụ huynh, cô giáo của con nói với chúng tôi rằng con “hiểu rõ ý tưởng của mình tới mức hành vi của con luôn thô bạo”. *Luôn tò mò, lúc nào cũng hỏi “tại sao” hoặc “điều đó vận hành như thế nào”.*

Một khi bạn đã nhớ được những điều cụ thể về mặt tốt của xu hướng tội lỗi của con khi còn nhỏ – đứa trẻ hay hỏi, vui vẻ… - bạn có thể bắt đầu tận dụng mặt tốt đó, giúp con bạn chuyển hướng sang con đường thỏa mãn, thành công.

Chuyển hướng xu hướng tội lỗi

Trẻ mới lớn cố gắng hết sức khi chúng có phương tiện để thể hiện xu hướng độc nhất và khó chiều của mình. Một người bạn của tôi đã xây một ga-ra để con trai của cô ấy – và xu hướng ồn ào của thằng bé – có thể chơi trống mà không phải lo lắng về tiếng ồn. Trẻ có xu hướng liều lĩnh có thể quay tròn, bật nhanh và đập mạnh chiếc ván dài ở công viên trượt băng. Thế còn Amelia thì sao? Điều gì phù hợp với tài năng và thiên hướng của cô bé, ngoài việc chơi bời với mấy cậu con trai không có ý nghĩa gì lắm với cô bé?

Tôi đã suy nghĩ về việc này cùng với Laurel và Jeff. Việc trông trẻ thì sao nhỉ? Với vai trò đó, cô bé vừa có thể làm bà hoàng, vừa phải phục vụ người khác. “Amelia đang ở đây. Nhìn này, Eli, con bé đang tết tóc! Trước giờ con chưa bao giờ tết tóc, đúng không, Amelia? Chúng ta có thể làm bữa tối bằng sáp nặn Play-Doh cho ông Mouse và Lucy không nhỉ?” Thế còn rạp hát thì sao, để thỏa mãn mong muốn trở thành người đặc biệt và được ngưỡng mộ của con bé? Lớp học vẽ? Lớp học nấu ăn? Chúng tôi đã lần lượt thảo luận. Sau đó, tôi đã nhắc Laurel và Jeff là chúng tôi đang phải đối phó với một đứa trẻ hay càu nhàu.

Tránh gợi ý mời mọc

Trẻ mới lớn bảo vệ và trung thành với xu hướng của mình vì chúng xem đó là mặt độc đáo trong tính cách. Nếu Laurel nói với Amelia: “Mẹ con mình cùng tìm cách tốt nhất cho những tài năng tuyệt vời của con nhé” thì chắc chắn cô ấy sẽ phải nhận lại câu: “Không, cám ơn mẹ”. Trẻ mới lớn thường hay nghi ngờ những gợi ý, dù dưới bất kỳ dạng thức nào, của cha mẹ, đặc biệt là những gợi ý được nói kiểu như: *Con có một số tính xấu và bố/ mẹ muốn con từ bỏ chúng càng nhanh càng tốt*. Để dụ dỗ một đứa trẻ có xu hướng như vậy đi

theo một con đường mới, bạn cần phải kiên trì và tế nhị. Cũng sẽ có ích nếu bạn tuân theo bản tính yêu chính bản thân của trẻ mới lớn, để chúng tự xem ý tưởng của bạn như ý tưởng của chính chúng.

Laurel đã gợi ý Amelia thử giọng cho chương trình ca nhạc mùa xuân. Amelia đã trả lời: “Con không thích những đứa trẻ ở rạp hát. Bất cứ đứa nào. Chúng quá hạnh phúc”. Với việc trông trẻ, con bé đã nói: “Kinh lắm. Bọn trẻ con trớ suốt, lại còn phải thay bỉm cho chúng nó nữa”. Sau đó, Laurel đã từ bỏ việc giới thiệu trực tiếp. Cô làm như vô tình nhắc đến một xưởng gốm mới mở ở khu đồ thủ công mỹ nghệ giữa trung tâm thành phố:

Mẹ định ghé vào xem họ có muốn tham gia cuộc bán đấu giá gây quỹ cho trường không, và trên đường về nhà mẹ sẽ đi qua khu mua sắm, vì thế, nếu con muốn tìm bốt mới, mẹ sẽ đưa con đi xem cửa hàng có gì.

Amelia trả lời ngay lập tức: “Vâng, được ạ”.

Khi đã ở xưởng gốm, Laurel kéo dài cuộc nói chuyện với nhân viên trong xưởng càng lâu càng tốt để Amelia có thể nhìn ngắm các món đồ gốm. Trước khi ra về, Amelia quyết định đăng ký học một lớp làm gốm. Nhưng cô bé cũng nói với Laurel: “Cũng có thể con sẽ không thích đâu”.

Lớp học làm gốm, tuần thứ nhất: Bọn trẻ ở đây thật kỳ quái. Con không đùa đâu. Chẳng có đứa nào bình thường cả. Con chẳng hiểu họ kiếm đâu ra được cái bọn đấy. Con cứ chờ cho đến khi tất cả chúng đều hát bài “99 luftballoons[3]”. Và chúng con không được dùng bàn xoay trong vòng một tháng. Chúng con chỉ được làm những con rắn bằng đất sét bé xíu. Chẳng khác gì lớp mẫu giáo.

Tuần thứ hai: Con nghĩ là cũng có một con bé được được.

Tuần thứ ba: Có hai cô bé mà con thực sự thích, và chúng con đã cùng nhau làm những chiếc đế nến cuộn rất cao và rất đẹp… Con làm được bốn cái cao hơn hẳn. Trông chúng cứ như một gia đình ấy… Tuần tới bọn con bắt đầu làm lọ hoa. Và Trung tâm chuẩn bị trưng bày gốm Bauhaus của Anh. Hôm nay bọn con đã giúp dỡ các thùng đồ sau khi học xong.

Tuần thứ tư: Cái bàn xoay chết tiệt. Khó thế không biết. Có hai kiểu người trên thế giới này. Một là những người làm được ngay lập tức và những người chẳng bao giờ có thể làm được.

Tuần thứ mười: Xưởng gốm sẽ trưng bày các tác phẩm của học viên vào tháng Mười hai, và bộ đế nến gia đình của con cũng được trưng bày. Mẹ và bố có đến xem không? Và chúng ta có thể mời cả ông bà được không ạ?

Phải mất gần một học kỳ, nhưng cuối cùng Amelia cũng tìm được sự sáng tạo, yêu thích và tìm được ngôi nhà thứ hai ở trung tâm thủ công mỹ nghệ – chứ không phải ở phòng của Nick.

Chuẩn bị co rúm người lại

Michael Resnick, giáo sư khoa nhi và y tế cộng đồng trường Đại học Minnesota, đã miêu tả trẻ vị thành niên là “nguồn lực cần phát triển, chứ không phải rắc rối cần giải quyết”. Làm bạn với xu hướng tội lỗi có nghĩa là khai mở tâm trí, dang rộng vòng tay và mở lòng với tài năng cũng như khuynh hướng của con, chứ không phải với những điều mà bạn muốn con có. Để giúp con điều chỉnh xu hướng này, bạn cần phải tách riêng tầm nhìn về cuộc sống mà bạn đã vạch ra thay con. Cách tiếp cận này tạo điều kiện cho bạn đón chào bất cứ kho báu lấm lem nào mà xu hướng đó có thể mang lại. Hãy chuẩn bị tinh thần để đón nhận sự xuất hiện của một xu hướng được điều chỉnh đúng đắn như đam mê đối với một thứ gì đó khiến bạn phải co rúm người lại như nhạc death metal[(4)], cổ vũ, ăn chay, bóng bầu dục, đào tạo sĩ quan lục quân ROTC, nhảy crowd surfing[(5)], chủ nghĩa phục quốc Do Thái hay thậm chí là góp một phần nhỏ vào ban

nhạc trường hết mùa này đến mùa khác. Chỉ được cười và tò mò về bất cứ việc gì đứa con tuổi teen của bạn đang làm, nhưng đừng cố gắng hỏi: “Con sẽ miêu tả hoạt động đó như thế nào trong hồ sơ nhập học?”

Và hãy nhớ rằng diện mạo của xu hướng đó hôm nay (những món đồ gốm ở trung tâm thủ công mỹ nghệ) có thể không phải gương mặt bạn sẽ nhìn thấy tháng tới hoặc năm tới.

Khi bạn không thể tự mình làm

Có những lúc hành vi thiếu đạo đức của bọn trẻ mới lớn không thể giải thích được trong môi trường đạo đức thực tế, hoặc bởi đặc tính của xu hướng tội lỗi. Đó là những lúc mà kiểu lựa chọn của trẻ báo hiệu cần sự giúp đỡ từ bên ngoài.

Những đứa trẻ lành mạnh thường đổ lỗi cho người khác về những sai lầm của chúng, tưới đẫm những câu chuyện của chúng bằng những lời nói dối, thích quanh co vòng vèo hơn là trực tiếp, nóng tính và làm tất cả những gì chúng có thể để tránh những trách nhiệm mà chúng cho là phiền hà… nhưng không phải lúc nào cũng vậy. Hãy chú ý nếu các câu nói của con bạn thường xuyên bắt đầu với “Con không hiểu tại sao” và kết thúc với câu khẳng định chúng đã bị buộc tội sai vì việc mà chúng không làm hoặc không nói hay không phải chịu trách nhiệm. Cũng nên lưu ý đến những câu giải thích như “chỉ là ngẫu nhiên”, “con nghĩ chỉ là ở nhầm chỗ vào nhầm thời điểm thôi” hoặc “phân biệt đối xử” khi chúng được sử dụng để giải thích cho bất kỳ rắc rối nào.

Con chẳng hiểu tại sao xe đạp (hoặc máy tính xách tay, hoặc điện thoại di động) của con lại bị mất trộm!

Con chẳng hiểu tại sao cái thằng ở buổi tiệc cùng với hai thằng bạn của nó lại bắt đầu gây sự, nhưng con phải tự bảo vệ mình chứ.

Con chẳng hiểu tại sao con lại bị cấm đến công viên trượt băng.

Con chẳng hiểu tại sao thầy King lại nói là con chưa nộp bốn bài luận, trong khi con đã nộp rồi. Ai cũng biết là thầy hay làm mất đồ mà, cứ hỏi mọi người thì biết.

Cô gái đó đuổi theo con suốt cả đêm. Con không hề ép buộc cô ta làm bất cứ việc gì mà cô ta không thích.

Con không có ý làm thương nó (em trai, con chó). Chúng con chỉ đang chơi thôi mà.

Những đứa trẻ kiên trì, nhất định không chịu nhận trách nhiệm cho những hành động của chúng thường không phải phổ biến.

Các ông bố bà mẹ cũng có thể quen thuộc với hành vi tiêu cực của con họ tới mức họ không còn nhìn thấy nó nữa. Những dấu hiệu đáng tin nhất cho thấy vấn đề của đứa con mới lớn của bạn đã vượt ra ngưỡng thử nghiệm thông thường lại bắt nguồn từ những nguyên nhân bên ngoài, đặc biệt là từ những người làm công tác giáo dục. Chuyên gia làm việc với thanh thiếu niên thường có quan điểm sâu sắc, vì thế nếu giáo viên của con bạn cho rằng con bạn đang gặp vấn đề nghiêm trọng, thì hãy nghiêm túc tiếp nhận ý kiến đó. Cũng nên để ý đến những dấu hiệu "mách lẻo" từ những trẻ khác. Khi trẻ nhỏ sợ ở riêng với anh hoặc chị của chúng, hoặc khi bạn cũ bỏ rơi con bạn, hãy nhớ đánh giá tình hình một cách cẩn thận. Và cũng cần phải nhận thức rõ về phản ứng của bạn, cần phải nhận ra thật không bình thường nếu bạn sợ chính con mình, nếu bạn thấy phải khóa tủ tiền hoặc tủ đồ khi con bạn ở nhà, hoặc tránh đưa cả gia đình đi nghỉ chỉ vì con bạn khiến tất cả những người còn lại trong gia đình thấy thật kinh khủng. Trong những trường hợp này, hành vi của con bạn có thể khiến bạn phải viện tới sự giúp đỡ của liệu pháp trị liệu SOS thì mới giải mã được.

Tự mình làm gương

Gần như lúc nào tôi cũng kết thúc bài "giảng đạo" của mình bằng một câu trích dẫn. Đó là câu nói của rabbi theo phong trào Hasid thế kỷ thứ XVII, Menachem Mendel of Kotzk: "Nếu bạn thực sự mong

muốn con bạn học Kinh Torah, chính bạn phải học khi có sự hiện diện của con. Con sẽ lấy bạn làm tấm gương để học theo. Nếu không, con sẽ không tự mình học kinh Torah, mà sau này sẽ chỉ hướng dẫn con chúng làm như vậy mà thôi". Tại sao tôi lại phải lôi câu nói này ra để dùng cho hàng trăm bài giảng khác nhau sau khi tìm được nó? Tại sao lại không tìm thứ gì đó mới mẻ hơn, tân tiến hơn?

Bởi vì làm gương cho trẻ thay vì nói với chúng phải làm gì là hai việc rất khác biệt. Và trong số tất cả những ví dụ mà chúng ta muốn mình làm gương, thì cư xử có đạo đức là điều quan trọng nhất.

Trong cuộc hành trình tới các trường ở khắp cả nước, tôi đã nghe được những câu chuyện rất đỗi kinh ngạc về những ông bố bà mẹ có những hành vi không đạo đức cho lắm trên danh nghĩa giúp đỡ con cái:

Cố vấn của một trường cao đẳng gọi điện cho một gia đình để bàn về việc cái nào sẽ tốt hơn cho con gái họ, Quyết định sớm hay Hành động sớm khi nộp đơn vào trường lựa chọn đầu tiên của cô bé. Cuộc gọi của cố vấn được trả lời chỉ vài giây sau đó.

"Cha mẹ cô bé gọi lại cho tôi ngay sau đó. Tôi có cảm giác như mình nhận được một cuộc gọi khẩn ở Nhà Trắng vậy", cô kể. Người gọi điện là bố cô bé. Xung quanh có tiếng động lạ khiến hơi khó để nghe được giọng của ông.

"Tiếng gì thế?" người bạn cố vấn của tôi hỏi.

"Ồ, không có gì đâu", ông bố nhanh chóng trả lời trấn an cô. "Ổn rồi. Tôi có thể nói được rồi. Tôi chỉ đang soi ruột kết thôi mà".

Người cố vấn vội vàng nói là cô có thể tiếp tục nói chuyện sau.

Một ông bố khác, giả vờ là con trai mình, gửi thư cho thầy giáo của con để kiểm tra thứ bậc của con trong kỳ thi giữa kỳ Tiếng Anh.

(Mánh khóe của ông bố này đã thất bại. Thầy giáo biết kiểu viết của học sinh mình và nhận ra kẻ mạo danh).

Lại có một cố vấn của một trường cao đẳng khác kể cho tôi nghe về cuộc điện thoại mà cô ấy đã gọi để chúc mừng một học sinh cuối cấp của mình về bài luận đã được chỉnh sửa của cô bé.

“Cô thấy em đã quyết định thêm phần kinh nghiệm của mình với em họ vào bài luận. Cô thực sự rất xúc động với những gì em viết”, cô nói.

“Sao ạ?”

“Chuyến đi đến Grand Canyon với cậu em họ mắc chứng tự kỷ của em ấy”.

“Ôi Chúa ơi”, giọng cô bé như lạc đi. Đột nhiên cô bé giống như một người lớn đang chán đời vậy. “Em biết chuyện gì đã xảy ra rồi. Em sẽ lo chuyện này cô ạ”. Mẹ cô bé đã viết lại bài luận, cho thêm câu chuyện đó vào và đưa vào hồ sơ mà không nói cho con gái biết.

“Điều đáng sợ nhất là cô bé ngay lập tức biết được việc mẹ mình đã làm”, chuyên gia cố vấn nói. Cô bé đó đã thốt lên: “Lại nữa rồi”.

Khi tôi sử dụng những ví dụ này trong các buổi nói chuyện, các khán giả của tôi đều há hốc miệng kinh ngạc trước hành vi của những ông bố bà mẹ bá đạo” đó. Khi đó tôi sẽ nói với họ rằng: “Thật dễ để nhận thấy sự điên rồ trong những hành động đó, nhưng chúng ta thì sao? Chúng ta đã phá vỡ những nguyên tắc nào? Chúng ta đã viện ra cái cớ gì? Và điều đó tác động như thế nào lên con cái chúng ta?”

Trẻ mới lớn có vẻ chẳng mấy chú ý tới cha mẹ. Chúng có vẻ thờ ơ và xa cách; đầu chúng lúc nào cũng chúi xuống, nhìn chằm chằm vào màn hình điện thoại. Nhưng đừng có mắc lừa. Chúng nghiên cứu mọi động thái của bạn đấy. Chúng sẽ nhanh chóng có

mặt khi bạn mắc sai lầm, và sẽ sử dụng cơ hội đó để thỏa mãn những khái niệm bốc đồng của chúng về đúng và sai.

Hãy tận dụng sự tự do bạn hiện có khi mà những đứa con đang tuổi lớn của bạn không muốn ở bên bạn càng nhiều càng tốt như khi chúng còn nhỏ. Hãy dành thời gian đó cho bản thân. Hãy nghiên cứu khoảng cách giữa điều bạn nói và việc bạn làm.

- Bạn có vi phạm các nguyên tắc đưa và đón bằng xe của trường con mà vẫn kỳ vọng con sẽ tuân thủ các nguyên tắc ở nhà không?

- Bạn có khuyến khích đứa con 12 tuổi của bạn nói là con mới chỉ 11 tuổi để được mua vé giảm giá, mà lại cảm thấy điên tiết khi phát hiện ra con đã lấy trộm đồ ở cửa hàng không?

- Bạn có quát con nhưng lại phẫn nộ nếu con bạn lớn giọng với người lớn không?

- Bạn có nói xấu bạn bè, gia đình, hàng xóm hoặc đồng nghiệp mà vẫn kỳ vọng con bạn sẽ tôn trọng và đối xử tốt với anh, chị, em chúng không?

- Bạn có yêu cầu con tiết kiệm, nhưng lại tiêu quá trớn trong kỳ nghỉ hoặc cho tủ quần áo hay đồ điện tử của mình không?

- Bạn có nói là bạn ốm và không thể đi làm hoặc không thể tham dự một sự kiện xã hội khi muốn chớp lấy cơ hội làm một việc gì đó hấp dẫn hơn… nhưng lại kỳ vọng con sẽ đều đặn xuất hiện ở trường hàng ngày trong kỳ học thứ hai của năm học cuối cấp không?

Trẻ mới lớn là những học sinh thông minh nhưng khó bảo trong phương diện hành vi đạo đức. Là cha mẹ, bạn cần phải điều chỉnh kế hoạch học tập cho phù hợp với mỗi đứa trẻ và bản chất riêng của xu hướng tội lỗi ở từng đứa. Bạn sẽ cần phải thử và sai để xác định được cách hiệu quả nhất giúp trẻ thể hiện được thiên hướng của

bản thân cũng như đền bù cho những việc làm sai trái của chúng. Phần thưởng cho việc toàn tâm toàn ý với hoạt động này, cho việc viết đi rồi lại viết lại, cho việc nhờ đến tư vấn và sự trợ giúp của chuyên gia khi cần thiết, không phải là sự hài lòng, thỏa mãn ngay lập tức. Điều đó được thể hiện rõ nhất trong câu chuyện về Honi (Honi the Circle Maker[(6)]), do Penninah Schram (bậc thầy về sưu tập và kể truyện của người Do Thái) kể trong cuốn sách *Bộ quần áo rách và truyện dân gian Do Thái* (The Hungry clothes and other Jewish folktales*)*:

Một hôm, khi Honi - người vẽ vòng đang đi trên đường, anh ta nhìn thấy một ông lão đang trồng một cây carob[(7)]. Sau khi chào ông lão, Honi đã hỏi: "Bao lâu sau thì cái cây này cho quả hả ông?"

Ông lão trả lời: "70 năm".

Sau đó, Honi lại hỏi ông lão: "Thế ông nghĩ là mình sẽ sống được đến lúc đó để có thể ăn được quả của cái cây này sao?"

Ông lão liền trả lời: "Có lẽ là không. Nhưng khi tôi được sinh ra, ông và cha tôi đã trồng cho tôi rất nhiều cây carob. Cũng giống như cha ông đã trồng cây cho tôi, tôi sẽ trồng cây cho con và cháu mình để chúng có thể thưởng thức những trái cây ngon ngọt. Và sau đó, chúng sẽ lại phải trồng cây cho những thế hệ tương lai".

Khi chúng ta đảm nhận nhiệm vụ gieo những mầm giá trị tốt đẹp cho con cái, có nghĩa là chúng ta đang đầu tư cho cuộc sống của các cháu mình. Những giá trị đạo đức mà chúng ta truyền lại cho con cái mình chính là những giá trị đạo đức mà chúng sẽ truyền lại cho con cái chúng.

Sự may mắn của cơn say: Vấn đề tình dục và chất kích thích

Ở một nơi nào đó trên nước Mỹ tháng Sáu vừa qua, hai cậu học sinh lớp 12 đã tổ chức một “bữa tiệc” khiêu vũ trong một câu lạc bộ đêm. Hai cậu bé đã thu 40 đô la vé vào cửa, và đã thuê một DJ, vũ nữ thoát y và bảo vệ; hầu hết học sinh đều có thẻ căn cước (ID) giả có thể dễ dàng lừa được người phục vụ ở quầy rượu. Khi các học sinh nữ đã uống quá say, đến mức không thể đứng được, những người bảo vệ đã lôi chúng vào phòng cứu thương tạm thời. Người ta đồn rằng rất nhiều học sinh đã dùng ma túy đá, và một số còn quan hệ tình dục ngay trong những chiếc xe Limousine trên đường về nhà. Những người tổ chức thu được 15 nghìn đô la, và các học sinh tham dự buổi tiệc đều nói rằng chúng đã có một khoảng thời gian tuyệt vời.

Cũng ở một nơi nào đó trên đất Mỹ, có vài học sinh trung học đã quay video “nóng”, và chúng chính là diễn viên. Đó chỉ là tai nạn, chúng thanh minh vậy – hai đứa chỉ nô đùa, và có ai đó đã quay phim. Tai nạn hay không không biết, nhưng đoạn băng đó đã được quay trong căn phòng có khóa của người con trai.

Ngay ở đây, trong khu phố của tôi, có một học sinh lớp 10 tổ chức một bữa tiệc ở nhà mình. Danh sách khách mời lên đến con số 40. Cha mẹ cô bé đã lên kế hoạch để mắt kỹ càng tới những hoạt động đó, nhưng khi tin tức về bữa tiệc được truyền đi qua tin nhắn và điện thoại di động, những đứa trẻ khác ở khắp phố bắt đầu ùn ùn kéo tới. Đến 10 giờ, gần một trăm đứa trẻ mới lớn đã tràn qua những bậc phụ huynh vẫn còn đang mắt tròn mắt dẹt để vào nhà. Đến 11 giờ, có hai đứa trẻ 15 tuổi nằm chết giấc trên sàn nhà ở ngoài cửa phòng tắm tầng trên. Một đứa đau bụng dữ dội. Bác sĩ nói con bé suýt chết vì ngộ độc rượu.

Quan hệ tình dục, thuốc phiện, rượu. Những tai nạn như vậy khiến người lớn run rẩy. Họ băn khoăn, có thể làm gì để ngăn kiểu Caligula[(1)] quá độ đó?

Khi chuyện về bữa tiệc ở câu lạc bộ đêm vỡ lở, ban giám hiệu trường đã gặp gỡ phụ huynh để bàn luận cái sai nằm ở đâu. Cuộc thảo luận ngay lập tức trở nên căng thẳng, khi phụ huynh và ban giám hiệu trường tranh luận về việc phải làm gì để ngăn chặn những vụ ồn ào tương tự trong tương lai. Một số người đề nghị khiển trách công khai những đứa trẻ đứng ra tổ chức bữa tiệc; người khác lại muốn đổ lỗi cho những ông bố bà mẹ đã cho phép con họ tham dự bữa tiệc. Một số phụ huynh lại lập luận rằng trường học nên đình chỉ những buổi tiệc khiêu vũ, như vậy thì chắc chắn sẽ không có những bữa tiệc tăng hai, không có những chiếc xe limousine, cũng không có thẻ căn cước giả. Có vị phụ huynh còn bất ngờ cho rằng nếu thuốc phiện và đồ uống dành cho thanh thiếu niên được hợp pháp hóa, bọn trẻ đã không phải sử dụng chui như vậy. Chuyên gia tâm lý học của trường lại đổ lỗi cho truyền thông. Cô ấy nói rằng khi Madonna và Britney Spears ngu ngốc hôn nhau trong chương trình trao giải MTV âm nhạc để tăng sự chú ý, thì làm sao chúng ta có thể kỳ vọng học sinh cư xử đúng mực và khiêm tốn được? Cô cho rằng cha mẹ nên hướng sự chú ý của trẻ vào những thú vui lành mạnh hơn.

Ở một chừng mực nhất định, tất cả những lực lượng mà cha mẹ điểm mặt gọi tên đều có tội: trẻ vô trách nhiệm, cha mẹ thiếu cương quyết, luật lệ không thực tế, Madonna và Briney. Nhưng những giải pháp tối ưu, như chấm dứt tiệc khiêu vũ hay hợp pháp hóa việc buôn bán thuốc phiện, đều là những cách dễ dàng nhưng nguy hiểm. Cách khó khăn hơn là tự mình chui đầu vào tình trạng lộn xộn của những chủ đề nhạy cảm, đáng xấu hổ, đáng sợ này cùng với con bạn, để xác định được cách đặt ra các nguyên tắc và trò chuyện về quan hệ tình dục, về thuốc phiện, về rượu sao cho phù hợp với mức độ trưởng thành đang thay đổi mỗi ngày của con. Nhiệm vụ này rất dễ gây nản chí vì nhiều bậc cha mẹ cũng không chắc quan điểm của mình là gì trong những vấn đề này. Họ không chắc phiếu trống có tác dụng không, nhưng họ cũng không muốn

tán thành dâm dục quá mức. Nguyên tắc điều độ của người Do Thái có thể đem lại cái nhìn rõ ràng.

Chúa muốn chúng ta trồng cây nho

Hiển nhiên những triết gia Do Thái cổ đại đã nhận ra những nguy hại của việc đam mê thái quá. Họ đặt ra các luật lệ phản đối thói phàm ăn và say xỉn, và chỉ ra rằng những câu chuyện sinh động và mang tính cảnh báo về những người thiếu khả năng tự kiềm chế/ kiểm soát đã xuất hiện trong cuốn sách đầu tiên của Kinh Thánh. Một phút trước Chúa tạo ra thế giới và đặt tất cả những thứ lành mạnh, đáng yêu, tươi mới vào trong đó để "thỏa mãn đôi mắt", nhưng chỉ một phút sau Người đã vạch giới hạn cho điều thích thú đó. Người cho Adam và Eve mọi thứ, *chỉ trừ một thứ:* những trái táo ở cái cây đằng kia.

Tất nhiên, chính điều cấm cản đó khiến cho cái cây và những quả táo đó trở nên đặc biệt lôi cuốn. Dù Adam và Eve được khuyến khích trải nghiệm cảm giác thích thú ở mọi nơi trong vườn Địa Đàng, nhưng họ không thể bắt mình từ chối trái táo được. Chính tại đó, mọi thứ bắt đầu xuống dốc, và (theo cách kể nhanh) cuối cùng, con người cũng lao vào chủ nghĩa khoái lạc. Chúa quyết định vất bản nháp đầu tiên về văn minh của mình đi - nhấn chìm nó - và bắt đầu lại. Người bảo người ngay thẳng nhất, Noah, làm một con thuyền lớn. Mưa rất to, quạ bay tứ tán, bồ câu bay loạn xạ và cầu vồng rực rỡ xuất hiện. Chúa cho Noah và gia đình ông một khởi đầu mới ở một vùng đất khô ráo mới. Nhưng Chúa có lên kế hoạch cho một thế giới mới không có bánh kẹp và nước hoa quả, chỉ có bánh quy và nước lọc đó không?

Theo chú giải của Kinh Thánh thì không, Chúa đã yêu cầu Noah mang theo cây con và các dây nho lên thuyền, cùng với các con vật. Việc đầu tiên mà Noah, người làm đất, làm sau trận lụt là trồng một vườn nho. Điều tiếp theo mà chúng ta biết là ông uống say, qua đời trong tình trạng nằm cởi trần trong căn lều. Khi các con ông đến, hai trong số đó đã phải mặc áo cho ông trong sự xấu hổ. Bất chấp điều đó, Chúa chưa bao giờ gợi ý Noah nên phá vườn nho hay ngừng

uống rượu. Trồng nho, làm rượu và ăn mừng bằng rượu được xem là dấu hiệu của văn minh trong thế giới mới, thế giới sau nạn Đại Hồng thủy.

Rượu chiếm giữ vị trí quan trọng trong niềm tin của người Do Thái. Chúa yêu cầu chúng ta sử dụng rượu như một vật ban phước ở bàn lễ, và là một thành phần thiết yếu của mọi nghi lễ, dù làở nhà hay ở giáo đường. Cốc "Kiddush" (có nghĩa là "thần thánh"), được sử dụng trong bữa ăn Shabbat và các ngày lễ khác, là một vật ban phước sử dụng rượu để tượng trưng cho sự biến đổi thời gian thế tục – ngày thường trong tuần – thành thời gian thần thánh. Cũng có những điều luật cụ thể đòi hỏi *hiddur mitzvah* (tô điểm lời răn), trong đó chúng ta được yêu cầu tôn vinh ngày Shabbat và những ngày lễ khác thông qua những món ăn, bông hoa đặc biệt trên bàn hoặc thông qua việc thêm rượu. Trong cuốn *Truyền đạo* (Ecclesiastes) có câu: *Hãy đi, hãy ăn bánh trong niềm vui và uống rượu trong niềm hứng khởi, vì hành động của bạn đã được Chúa ủng hộ từ trước đó rất lâu rồi.*

Tại sao kiêng rượu lại là hỗn láo với Chúa?

Sử dụng rượu đúng mực là việc được khuyến khích theo truyền thống của người Do Thái; chính việc kiêng rượu lại được xem là việc nguy hiểm. Hãy xem những nguyên tắc bất thường quản lý hành vi của Nazarite (bắt nguồn từ từ nazir, tiếng Do Thái có nghĩa là "thánh hóa" hoặc "thiêng liêng"). Nazarite là từ dùng để chỉ người lập lời thề khổ hạnh là sẽ không uống rượu, không cắt tóc hoặc tham dự tang lễ. (Điều thú vị là ngay cả Nazarite cũng không được phép nhịn quan hệ tình dục). Nhưng giai đoạn kiêng khem này chỉ ngắn thôi, thường là từ tám ngày đến một tháng, và khi giai đoạn này kết thúc, Nazarite đánh dấu sự trở lại với thế giới của mình bằng một món lễ vật thịnh soạn cho một ngôi đền, kể cả lễ vật bằng một con cừu theo lệ cổ. Tại sao lại phải như vậy, sao người có tội lại phải cúng tiến sau một thời gian kiêng khem như vậy?

Vì trong sách Talmud của người Babylon, chúng ta sẽ đọc thấy sự kiêng khem này cũng nguy hại không kém những đam mê bị cấm

đoán.

Người đặt ra lời thề kiêng khem cho chính bản thân cũng giống như đặt một chiếc đai bằng sắt quanh cổ; đó giống như là người dựng một ban thờ bị cấm; kiểu như một người tự tuốt gươm và đâm vào tim mình. Những điều cấm của Kinh Torah đã là đủ với bạn rồi. Đừng tìm thêm những điều hạn chế khác nữa.

Chiếc đai bằng sắt là hình ảnh ẩn dụ chỉ phương pháp rút gọn của việc bảo vệ chống lại đam mê thái quá. Nếu bạn có một chiếc vòng to, nặng nề ở quanh cổ, bạn không phải quyết định có nên uống một chén rượu không, bạn chỉ cần cúi đầu xuống hít hà mùi thơm tuyệt vời. Nếu bạn kiêng khem quá lâu, bạn có thể thấy mình đang xây một "ban thờ cấm", nghĩa là bạn thờ cúng sự kiểm soát bản thân của chính mình. (Những cô bé và những người phụ nữ chịu ảnh hưởng từ chứng biếng ăn thường dễ ngả sang sự ưu việt đạo đức tương tự. Có rất nhiều động cơ phức tạp cho tình trạng đau buồn này, một trong số đó là dạng thức nâng cao phẩm giá: *Tôi đã thoát tục rồi, không như những kẻ tham lam các người*). "Lưỡi kiếm" là nỗi đau của việc không cho bản thân cơ hội trân trọng những sản phẩm của tự nhiên. Và còn hơn thế nữa. Các giáo sĩ còn lưu ý rằng kiêng khem có thể chia tách bạn với cộng đồng và với những nghi thức, nghi lễ gắn kết mọi người với nhau. Kiêng khem là lối tắt tinh thần ngăn chúng ta sống thoải mái, đầy đủ, giống như ăn kiêng bằng mọi giá là phương pháp rút gọn của thói quen ăn uống đúng đắn.

(Các rabbi hiểu rằng với một vài người, rượu là thứ không giới hạn, vì thế họ đã tạo ra một ngoại lệ nếu "rượu không được cho phép hoặc không nên uống theo lời khuyên của bác sỹ". Trong trường hợp này thì được phép kiêng khem, nhưng khi đó, người phải kiêng khem có thể đòi hỏi một món khoái khẩu khác, chẳng hạn như một món ăn đặc biệt yêu thích nào đó, để thay thế rượu).

Quan điểm điều độ có nghĩa là cha mẹ không được cố gắng ngăn chặn cơ hội vui thú của con bằng cách mắng xa xả là "không được!" mỗi khi trẻ thử. Chúng ta cũng không được mắt nhắm mắt mở với những hành vi nguy hiểm và trác táng của con. Nhưng vấn đề là liệu có thể dạy điều độ cho trẻ vị thành niên được không khi

chúng đang trong giai đoạn không điều độ của cuộc đời theo đúng tự nhiên? Khi các ông bố bà mẹ hỏi tôi “Có khôn ngoan không khi đe dọa đứa con mới lớn thích rủi ro, đang phải đối mặt với những thay đổi hoóc-môn không được tham gia vào bất cứ hoạt động nguy hiểm nào? Có tốt hơn không khi kiểm soát chặt chẽ trẻ mới lớn tránh xa mọi ảnh hưởng có thể có hại?” Tôi chỉ biết trả lời rằng: “Nếu bạn không dạy cho con biết cách điều độ, thì khi nào con mới học được điều đó? Và học từ ai?”

Thói hư tật xấu dạy kỹ năng sống

Có lập luận cho rằng cách tiếp cận nghiêm khắc, coi kiêng khem là chính sách duy nhất đối với việc dạy dỗ trẻ về quan hệ tình dục và chất kích thích không phải lúc nào cũng phát huy tác dụng. Bạn đã bao giờ tham dự một buổi tập huấn học sinh trung học cơ sở về tác hại của thuốc phiện và rượu bia hay chưa? Cảnh sát hoặc luật sư sẽ nhìn thẳng vào học sinh khối 8 và nói: “Trong bốn cháu, sẽ có một cháu chết vì thuốc phiện hoặc rượu bia trước sinh nhật lần thứ 21”. Hoặc là nói với các bé gái: “Cháu nghĩ là bọn con trai sẽ không bỏ thuốc mê vào cốc bia mà chúng mời cháu sao? Hãy nghĩ lại đi. Chỉ một ngụm thôi là cháu sẽ góp thêm một con số cho số liệu thống kê về thuốc xâm hại tình dục ngay”. Chuyện cũng chẳng khá khẩm hơn khi trẻ mới lớn học về quan hệ tình dục ở các lớp giáo dục giới tính. Thông tin khô khan và nhạt nhẽo, nhấn mạnh vào tình trạng báo động của các con số thống kê và các sách lược: “Chỉ một hành động bất cẩn, say xỉn ở bữa tiệc là đủ để bạn mắc HPV[(2)] rồi. Quá nửa nữ sinh đều như vậy!”

Có khả năng không? Có. Chắc chắn không? Không. Và trẻ đều biết điều này. Giống như chúng ta – những người đã xem bộ phim bài trừ cần sa Reefer Madness[(3)] ngày trước ở trường, bọn trẻ cũng viết lại thông điệp, nhưng lại ném hết những thông tin hữu ích cùng với những điều vô nghĩa đi. Chúng không thể chờ cho tới lúc ra khỏi lớp học và bắt đầu giễu cợt về bài học ngớ ngẩn đó.

Là cha là mẹ, thật dễ để chọn cách tiếp cận không khoan dung đối với quan hệ tình dục và chất kích thích. Nhưng đó cũng chính là

tính toán sai lầm mà những người luôn rao giảng không được thế này, không được thế kia vẫn hay mắc phải. Dù cha mẹ có thích hay không, thì hầu hết trẻ mới lớn cũng uống một chút rượu khi tham gia các buổi tiệc trong hai năm cuối trung học. Tùy thuộc vào tập tục địa phương và từng vùng khác nhau mà trẻ còn có thể thử hút thuốc. Dù quá nửa số học sinh tốt nghiệp trung học phổ thông chưa từng quan hệ tình dục, nhưng hiển nhiên là vẫn có rất nhiều học sinh đã từng. Vì dậy thì xuất hiện sớm hơn so với thời của chúng ta, nên trẻ cũng có thể quan hệ tình dục sớm hơn.

Tốt hơn hết là nên thực tế, thay vì cứ ngây ngây thơ thơ, về những gì bạn có thể và không thể kiểm soát được. Nếu bạn quá sốc hoặc hay lên mặt dạy đời, bạn sẽ không thể ngăn chặn được cuộc thí nghiệm của trẻ; mà chỉ có thể đánh đuổi nó ngấm ngầm. Những đứa trẻ sợ bị phạt hoặc bị làm bẽ mặt sẽ gạt bạn ra khỏi cuộc nói chuyện – một vấn đề nghiêm trọng, vì chúng rất cần lời khuyên của bạn. Nếu chúng không xin lời khuyên từ bạn, chúng sẽ tìm đến những người bạn đồng trang lứa, và thế là: kẻ mù đạo đức lại chỉ đường cho kẻ mù đạo đức.

Lý do cấp thiết hơn để tránh quan điểm nghiêm nghị và khắc nghiệt với con bạn là: sẽ tốt cho chúng khi đã có một chút kinh nghiệm với hành vi quan hệ tình dục và sử dụng chất kích thích trước khi chúng bước chân vào giảng đường đại học. Đến lúc này, những bậc phụ huynh mà tôi tư vấn vẫn thường hỏi những câu đại loại như: “Thế còn nguy hại thì sao? Bệnh tật thì sao? Rồi còn vấn đề rắc rối với luật pháp thì sao? Xin lỗi, nhưng việc thử nghiệm đó có thể đem lại lợi ích gì?”

Lợi ích ở đây là cơ hội để trẻ đang tuổi lớn có thể phát triển các kỹ năng tự ý thức và quản lý rủi ro trong khi vẫn có thể hiểu được sự quan tâm lo lắng của cha mẹ. Để hiểu được cơ thể, tâm trí và tinh thần của trẻ phản ứng như thế nào với một hoặc hai ly rượu rum với coca. Để hiểu được thế nào là cảm giác kinh khủng khi đi trong hành lang trường vào sáng thứ Hai sau khi Will nói với tất cả các cầu thủ trong đội bóng của anh ta rằng bạn đã ngủ cùng với anh ta vào tối thứ Sáu vừa rồi. Để nhận ra rằng: *Ồ, mình thật giống bác Rob. Khi*

uống mình không nghĩ là sẽ bị say. Giờ thì mình đã hiểu tại sao bác lại chết khi lái xe trong tình trạng say rượu.

Tôi muốn tất cả những việc này đều xảy ra với bọn trẻ khi chúng vẫn còn sống ở nhà, ngủ đủ giấc trong hầu hết các buổi tối và ăn uống đều đặn. Tôi muốn chúng thử nghiệm mắc sai lầm dưới đôi mắt cảnh giác của cha mẹ – những người sẵn sàng an ủi, chỉ bảo và răn dạy chúng khi thích hợp.

Có vẻ như lần tới con sẽ muốn di chuyển chậm hơn. Để bảo vệ thay vì hối hận.

Những người có thể động não để nghĩ ra những cách ngăn chặn sai lầm lặp lại một lần nữa:

Con có thể lập được kế hoạch để vượt qua các bài kiểm tra cuối kỳ mà không cần nước tăng lực Red Bull hay điều trị ADHD nữa không? Hãy nhớ chuyện gì đã xảy ra lần trước.

Những người có thể đặt ra các quy tắc theo mức độ trưởng thành nhất định mà trẻ thể hiện:

Vì một số quyết định gần đây của con, chúng ta đã quyết định là sẽ lấy lại chìa khóa xe của con.

Những người có thể nhận ra khi nào trẻ đang chết chìm và tìm cách giải cứu:

Con đang rớt hạng, và bố/ mẹ nhận thấy mắt con rất đờ đẫn trong hai lần về nhà vừa rồi. Có gì đó không ổn. Bố/ Mẹ đã gọi điện cho chuyên gia cố vấn và đặt lịch hẹn cho cả nhà vào 5h30 chiều mai.

Nếu con bạn chờ tới tận khi vào đại học mới thử nghiệm những việc đó, thì ai sẽ là người nói cho chúng biết những điều kia? Chẳng có ai cả. Ở đại học, con bạn sẽ nói chuyện với người lớn về Shakespeare và lý thuyết kinh tế vĩ mô, võ thuật Trung Hoa trong phim ảnh, chứ không phải nói về cách uống rượu khôn ngoan, hoặc về việc quan hệ tình dục có thể ảnh hưởng tới một mối quan hệ mới hay tới một người mà chúng yêu thương như thế nào. Chúng sẽ nói chuyện về quan hệ tình dục và những chất kích thích với sinh viên khác – những người sẽ nói những câu đại loại như:

Làm sao cậu biết là cậu không thích khi mà cậu không thử?

Chơi bia – bóng bàn đi.

Mình chưa từng gặp người nào có thể tiệc tùng như bạn. Bạn quả thực là một huyền thoại.

Với một số trẻ, những thử nghiệm liên quan đến việc uống rượu, sử dụng chất kích thích hay quan hệ tình dục khi còn học cấp hai và cấp ba chỉ là tối thiểu. Chúng sẽ không làm gì nhiều hơn là dè dặt nhúng ngón chân xuống nước để thăm dò. Với một số trẻ, đó có thể là một cuộc ngụp lặn sâu xuống biển. Nhưng một khi đã vào đại học, tiếng gọi của ham muốn mãnh liệt tới mức đứa trẻ vốn sợ hãi, sợ sệt hoặc xấu hổ trước bất cứ cuộc thử nghiệm thử và sai nào cũng có thể bị cuốn vào. Trẻ cư xử liều lĩnh và chưa bao giờ phải gánh chịu bất kỳ hậu quả nào cũng vậy. Đây chính là lý do tại sao những năm còn học phổ thông là cơ hội lý tưởng để con bạn học được sự khác biệt giữa sai lầm (uống quá nhiều khi cô đơn ở bữa tiệc và sau đó quan hệ với một cậu bé mà bạn không thực sự thích) với điều độ (chếnh choáng ở bữa tiệc hóa trang hoặc trải qua một khoảnh khắc thân mật ở ghế sau với người bạn trai ngọt ngào và nhiệt tình).

Điều đó thật đáng sợ, tôi biết. Những ông bố bà mẹ cố gắng xác định mức độ thích thú và an toàn cần phải tính toán tới cả những đặc trưng rất teen như tính tò mò, hoóc-môn, thích phá vỡ nguyên

tắc, thích mình có quyền tuyệt đối và thích mạo hiểm của trẻ. Làm thế nào cha mẹ có thể thương thảo để có được sự chuyển đổi nhẹ nhàng từ sự an toàn và giám sát ở nhà sang khu vườn đầy cây cối, rắn rết và nho?

“Biết nhưng không thừa nhận”

Tôi thực sự không đồng tình với việc để cuộc trò chuyện về những thú vui sinh lý không chấm dứt, các ông bố bà mẹ liền chuyển sang một thái cực khác: những ông bố bà mẹ dễ tính.

Cha mẹ dễ tính sẽ phục vụ rượu ở tiệc của bọn trẻ mới lớn, tổ chức những bữa tiệc ngủ tập thể, hoặc thậm chí là rủ trẻ hút thuốc cùng với họ. Dù những hành động này đều mang tính duy lý, nhưng chẳng có hành động nào trong số đó phù hợp hoặc an toàn với trẻ cả. Cha mẹ mát tính có thể nói: “Chờ đã nào! Cha mẹ tôi không ủng hộ đủ mọi thứ, nhưng điều đó có bao giờ khiến tôi dừng lại đâu. Tôi vẫn làm đủ thứ nguy hiểm và bất hợp pháp khi còn ở tuổi con tôi bây giờ, và đều đã vượt qua một cách ổn thỏa. Vậy thì tại sao lại phải đặt ra những quy định ngớ ngẩn, rỗng tuếch mà chúng tôi biết thừa là con sẽ chẳng bao giờ nghe theo chứ?”

Đó là những câu hỏi hợp tình hợp lý. Và đây là câu trả lời: Vì “công việc” của người làm cha, làm mẹ như bạn là thể hiện sự tôn trọng đối với những nguyên tắc và luật lệ của xã hội nơi bạn đang nuôi dạy con cái. Vì ngay cả những đứa trẻ thông minh, sáng dạ cũng đần độn và liều lĩnh tới mức không thể phân biệt được sự khác nhau giữa hoạt động nguy hiểm hoặc bất hợp pháp này với hoạt động khác. Nếu bạn, cùng với con mình, phá vỡ các nguyên tắc ở nhà, chúng sẽ xem đó như một lời mời chào để làm giống như vậy ở những nơi khác. Và để bảo vệ cá tính của chúng như thích nổi loạn, như chẳng ai có thể bắt con làm gì khi con đã là thanh niên, chúng có thể sẽ còn vượt xa những gì mà cha mẹ có thể chịu đựng được. Vì trẻ mới lớn cần phải hiểu rằng quan hệ tình dục bừa bãi hoặc thái quá, hay sử dụng chất kích thích sẽ dẫn tới những hệ lụy mà sau này chính chúng sẽ phải trả một cái giá rất đắt hoặc không thể thay đổi được.

Nếu quá nghiêm khắc hoặc quá dễ tính đều không có tác dụng, thì cái nào có tác dụng? Công thức mà tôi đưa ra cho các ông bố bà mẹ là một dạng nhẹ của kiểu “biết nhưng không thừa nhận”. Điều này có nghĩa là bạn nhận ra việc thử nghiệm của trẻ là hoàn toàn bình thường, thậm chí là đáng ao ước, nhưng bạn không chia sẻ thông tin này với đứa con đang tuổi lớn của bạn. Tại sao lại không? Vì trong thế giới hỗn loạn của chúng, chúng cần nghe được giọng nói chỉ dẫn rõ ràng của cha mẹ. Hãy cho trẻ những nguyên tắc về an toàn và đúng đắn, sao cho những ranh giới này tương đối bảo thủ đối với trẻ mới lớn, tăng dần mức độ tự do khi trẻ trưởng thành hơn. Hãy thường xuyên nói chuyện với con bạn về những chủ đề bị ràng buộc bởi nguyên tắc này. Và hãy sử dụng công thức “biết nhưng không thừa nhận” một lần nữa. Không được dung túng cho những hành vi mạo hiểm, nhưng phải nhận ra và chấp nhận là chúng hoàn toàn có khả năng xảy ra. Hãy để sự nhận biết không nói thành lời đó thể hiện các cuộc trò chuyện của bạn. Hãy cho trẻ những thông tin mà chúng cần để có thể duy trì sự an toàn. Hãy cho trẻ biết bạn luôn sẵn sàng lắng nghe mà không vội vàng đánh giá, giúp chúng cân nhắc các lựa chọn khi chúng gặp rắc rối, và đưa ra tiếng nói của người đã có kinh nghiệm.

Đặt ra các quy tắc công bằng, thích hợp về quan hệ tình dục và sử dụng chất kích thích

Với trẻ mới lớn (từ cấp hai tới lớp 10), hãy đặt ra các nguyên tắc rõ ràng, dễ hiểu về quan hệ tình dục và sử dụng chất kích thích. Trẻ mới lớn vẫn còn chưa trưởng thành cả về sinh lý, nhận thức và tình cảm, do đó, sẽ tốt hơn cho chúng khi chờ lâu nhất có thể để được làm nhiều hơn là nhấp một ngụm bia hay chơi trò quay chai (trò Nói thật hay mạo hiểm). Không được sử dụng những câu khẳng định được bọc một lớp màng phi thực tế có tên “không bao giờ được”, kiểu như: “không bao giờ được phép uống một ngụm rượu nào cho tới khi con 21 tuổi”, “không bao giờ được ở một mình với người khác giới”, mà nên nói cho con biết thuốc phiện, rượu bia và quan hệ tình dục ở tầm tuổi này là không an toàn hoặc không phù hợp. Phải đặt ra những nguyên tắc thể hiện rằng bạn là người kiên định, khó tính và quan trọng hóa vấn đề:

Con không được uống rượu ở bữa tiệc.

Con không được tham dự các bữa tiệc không có người lớn.

Bố mẹ không muốn con ở nhà cùng với bạn trai khi không có người lớn trong nhà, và khi bạn trai con ở trong phòng con, cửa phòng con lúc nào cũng phải mở.

Bố/ Mẹ đã biết chuyện xảy ra với Brett và Eli ở hội trại. Nếu bố mẹ phát hiện ra con hút thuốc, bố mẹ sẽ ngạc nhiên và thất vọng lắm. Và hậu quả con phải gánh chịu sẽ khủng khiếp lắm đấy.

Sau đó, hãy hỏi con bằng giọng nhẹ nhàng, tôn trọng: “Con có hiểu bố/ mẹ nói gì không? Hãy nhắc lại để bố/ mẹ chắc chắn là con đã hiểu”.

Khi trẻ bước vào tuổi vị thành niên, những sách lược này trở nên quá đơn giản. Ở tầm tuổi này, trẻ thích thử nghiệm hơn và chúng cũng đã trưởng thành hơn, đủ để biết phòng ngừa đôi chút. Quan điểm, lập trường của bạn thậm chí còn cần “biết mà không nói” hơn nữa (Bố/ Mẹ đặt ra các nguyên tắc dù biết nhiều khả năng là con sẽ phá vỡ những nguyên tắc đó), nhưng sẽ chẳng có ích cho ai nếu bạn kiểm soát quá chặt. Bạn cho phép con được tự do hơn khi tham gia vào các tình huống không cần giám sát, nhưng lại phân phát sự tự do đó một cách cẩn thận, với con mắt hiểu rõ đứa con độc nhất của bạn cùng với những nhu cầu thay đổi liên tục của chúng. Một lần nữa tôi lại khuyên bạn nên kiểm tra con mình trong phòng thí nghiệm tự nhiên của cuộc sống. Hãy để ý đến con bạn ở chính thời điểm hiện tại. Nó liều lĩnh và láu cá, hay có trách nhiệm và thẳng tính? Sau đó hãy xem xét tình huống mà con bạn muốn nhảy vào. Giờ hãy tính toán xem. Nếu con bạn có vẻ phù hợp với hoàn cảnh, hãy tán thành và thể hiện điều đó thật chi tiết, cụ thể:

Bố/ Mẹ biết là con, Caleb và Martin muốn thực hiện dự án lịch sử sau khi tan học. Bố/ Mẹ sẽ không nói gì nếu con tuân thủ tất

cả các nguyên tắc của gia đình.

Từ chuyện của chị gái con, bố/ mẹ biết là nhà Goldman không để mắt tới các bữa tiệc của con cái họ. Bố/ Mẹ cũng nhớ lần tất cả chúng ta cùng tới sinh nhật của Theo. Chúng ta ngồi quây quần uống rượu và ăn, thật là vui, nhưng mọi thứ lại trở nên hỗn loạn lúc tối. Bố/ Mẹ sẽ cho con đi, nhưng bố/ mẹ không thoải mái lắm với việc đó. Bố/ Mẹ tin là con sẽ về nếu bữa tiệc không còn nằm trong tầm kiểm soát nữa. Con không cần phải nói bất cứ lý do nào, chỉ cần quay đầu, bước ra khỏi cửa là được.

Thanh niên bọn con có thể đi phượt. Có vẻ thú vị đấy, nhưng bố/ mẹ muốn con nhắn tin cho bố/ mẹ khi đến nơi và khi sắp xếp ổn thỏa chỗ ở.

Nếu kế hoạch do con bạn đề xuất (tham gia bữa tiệc không bị giám sát chặt chẽ ở gia đình chắc chắn sẽ phục vụ rượu, tụ tập lái xe, cặp “chim cu” “ở nhà một mình” sau khi tan học) không phù hợp với những nguồn lực hiện tại của con bạn (tính khí, mức độ trưởng thành, tâm trạng trong hai tuần qua), thì đừng đồng ý. Bạn không cần phải lúc nào cũng giải thích rõ lý do. Hãy sử dụng cụm từ “Bố/ Mẹ chưa sẵn sàng” để né tránh cuộc tranh luận kéo dài.

Có thể là mọi chuyện sẽ ổn thỏa, nhưng bố/ mẹ vẫn chưa sẵn sàng cho việc...

Con đến bữa tiệc ở nhà Colin.

Derrick lái xe chở bốn bạn về nhà.

Con và Ella làm dự án ở nhà thay vì ở thư viện trường.

Trẻ có thể cáu giận và bực bội với bạn, nhưng thường chúng sẽ nhẹ nhõm khi biết có người lớn chịu trách nhiệm. Khi ở cùng với bạn bè của chúng, trẻ có thể mặc sức “bôi nhọ” cái tôi của bạn: “Mình cũng muốn đến nhà của Jonah, nhưng mẹ mình muốn mình trở

thành người bị xã hội ruồng bỏ cơ". Ngay cả khi con bạn không đánh giá cao những nguyên tắc của bạn, thì nhẹ nhàng ép buộc chúng vẫn là nhiệm vụ khó khăn của bạn hết ngày này qua ngày khác. Và điều đó truyền đi thông điệp về tình yêu của bạn dành cho đứa con này, cũng như sự tôn trọng của bạn đối với nhu cầu được vui chơi và nhu cầu được bảo vệ của con. Hãy tự nhắc lại điều này hàng ngày.

Chỉ nguyên tắc thôi vẫn chưa đủ

Bất kể bạn có điều chỉnh những nguyên tắc của mình cho phù hợp với nhu cầu riêng của con bạn như thế nào, bạn cũng không thể kiểm soát – dù sao thì cũng không kiểm soát được hoàn toàn – việc con bạn có uống rượu, hút thuốc hoặc quan hệ tình dục hay không và uống rượu, hút thuốc hoặc quan hệ tình dục nhiều hay ít. Đây chính là lý do tại sao bạn nên mở cánh cửa đối thoại. Không phải thú tội, mà là đối thoại.

Nếu con bạn tìm đến bạn để xin lời khuyên, hãy trân trọng điều đó. Hãy thể hiện sự tôn trọng của bạn bằng cách lắng nghe hết câu chuyện. Đừng ngay lập tức lắp bắp hoặc rơi vào trạng thái xấu hổ, sốc hay nghiêm nghị. Nếu bạn làm như vậy, trẻ sẽ phản ứng lại bằng cách kết thúc chuyện hoặc phản đối bạn. Và phải biết rằng đôi khi trẻ "giao" vấn đề của chúng cho chúng ta để chúng có thể không phải giải quyết. Nếu bạn phản ứng một cách quá xúc động, chúng gần như sẽ thanh thản. Thay vì tìm cách giải quyết vấn đề, chúng lại chỉ phản ứng lại phản ứng của bạn:

Mẹ: Con không được gặp lại Alec nữa.

Con: Ôi Chúa ơi, sao con lại tin mẹ nhỉ? Con sẽ không bao giờ nói bất cứ điều gì với mẹ nữa. Bọn con yêu nhau nhiều lắm.

Con: Con có việc này nói với mẹ. Courtney đang hút thuốc.

Mẹ: Mẹ phải gọi ngay cho mẹ con bé mới được!

Con: Không được. Mẹ không được gọi! Ôi trời, con sẽ không bao giờ nói cho mẹ nghe bất cứ chuyện gì nữa.

Hãy bình tĩnh lại. Đừng phản ứng trong sợ hãi. Hãy lắng nghe mà không mắng mỏ, không ngắt lời trẻ. Hãy hỏi một số câu hỏi có kết thúc mở. Một trong những nhiệm vụ của bạn là giúp con hiểu sâu hơn về tình huống và vai trò mà con muốn đảm nhận trong tình huống đó.

Mẹ: Oa, mẹ nghĩ là mẹ hơi ngạc nhiên đấy. Ngồi xuống đây nào. Thế con nghĩ sao về việc này?

Con: Courtney đang hút thuốc mẹ ạ.

Mẹ: Ồ. Mẹ hơi buồn khi nghe thấy thế. Con nghĩ là chuyện gì đang xảy ra? (Hoặc: Điều đó ảnh hưởng như thế nào tới tình bạn của con? Điều đó ảnh hưởng như thế nào tới bạn ấy?)

Sau đó, hãy trả vấn đề lại cho con bạn. Hãy hỏi: "Con định làm thế nào?"

Bạn có thể đưa ra những câu hỏi gợi ý rằng khả năng của bạn và của con kết hợp với nhau có thể nghĩ ra được giải pháp tốt. Con có muốn một vài ý tưởng để nói chuyện với Courtney không? Con có cần điều gì thông minh và thành thật để nói với Alec không? Con có cần gặp bác sỹ để tìm hiểu về các biện pháp tránh thai không? Hãy giúp con đánh giá các lựa chọn – và chỉ khi đó bạn mới được cân nhắc tới quan điểm của bạn. Tùy thuộc vào tình huống và mức độ trưởng thành của con bạn, bạn có thể quyết định là có cần tới sự can thiệp của người lớn không. Bạn có thể chọn gọi điện cho mẹ của Courtney, hoặc đặt ra các quy tắc về việc hẹn hò không có sự giám sát với Alec. Hãy cân nhắc những quyết định này một cách cẩn trọng, vì nếu bạn né tránh sợi dây liên kết giữa bạn và con một cách khiếm nhã hoặc vội vàng, con sẽ ngại không nói cho bạn bất cứ việc nguy hiểm nào nữa. Nhưng nếu con bạn phát hiện ra bạn là người

biết lắng nghe khi chúng phải đối mặt với một vấn đề nhỏ, chúng sẽ cảm thấy tự tin hơn khi tìm đến bạn lúc chúng phải đối mặt với những vấn đề nghiêm trọng hơn.

Bạn không những phải lắng nghe thật tốt, mà còn phải chuẩn bị tinh thần để "khơi mào" vài cuộc đối thoại với con bạn - về việc bảo vệ bản thân, về điều độ, về đạo đức và về việc tôn trọng người khác. Tôi biết là đối thoại thực sự với con bạn về uống rượu, hút thuốc và quan hệ tình dục khó hơn nhiều so với việc đặt ra quy định. Cách tiếp cận trắng đen rõ ràng và nói không được là không được phổ biến tới mức cha mẹ thiếu thực tiễn kết nối những điều tế nhị lại để sử dụng một cách có trách nhiệm. Với những cuộc đối thoại về thuốc phiện và rượu bia, tôi đã phát hiện ra là khái niệm "trạng thái tinh thần và môi trường" là một cách khai mở hữu dụng. Với chủ đề về quan hệ tình dục, cách mở đầu tốt nhất là nêu ra những giá trị rẻ mạt mà trẻ vẫn được tiếp xúc trên truyền thông.

Trạng thái tinh thần và môi trường

Ý tưởng "trạng thái tinh thần và môi trường" không phải là thứ mà con bạn sẽ được dạy trong lớp giáo dục giới tính. Phần vì ý tưởng này cho rằng có những lúc trẻ có thể an toàn tận hưởng chất kích thích, phần vì tôi đã mượn nó từ cuốn sách *Trải nghiệm ảo giác: Sổ tay dựa trên Tử thư Tây Tạng* (The Psychedelic Experience: A manual Based on the Tibetan Book of Dead) của tác giả Timothy Leary năm 1964. Tôi không cổ súy ảo giác cho thanh thiếu niên, nhưng nếu bạn rút phần nguyên tắc cơ bản, và bỏ qua phần LSD[(4)] thì những gì còn lại sẽ là bài kiểm tra độ phù hợp của việc sử dụng rượu bia và những chất kích thích khác. Bạn có thể miêu tả khái niệm này với con bạn, điều chỉnh cho phù hợp với độ tuổi, nhóm bạn và mức độ trưởng thành cũng như nhận thức của con bạn.

Trong trạng thái tinh thần và môi trường, "trạng thái tinh thần" miêu tả tinh thần của bạn - cảm xúc và trạng thái của bạn - còn "môi trường" miêu tả môi trường sinh lý và xã hội của bạn. Nhìn chung, bạn muốn uống chỉ để nâng cao tinh thần của bạn, chứ không phải để thay đổi nó, và bạn chỉ muốn uống khi môi trường an toàn và

thân thiện. Dù người lớn có thể không suy nghĩ nghiêm túc về những tính toán này, nhưng họ vẫn sử dụng bài kiểm tra “trạng thái tinh thần và môi trường” suốt: *Mình đã có một bữa tối hoành tráng, hay là bụng mình vẫn rỗng không? Mình sẽ về nhà bằng cách nào? Nhiệm vụ ngày mai của mình là gì nhỉ? Mình muốn cẩn thận duy trì trạng thái có kiểm soát vì đây là buổi gây quỹ của trường, hay mình thực sự có thể thoải mái vì đang trong kỳ nghỉ không có bọn trẻ tới một hòn đảo nhiệt đới và uống rượu rum là hợp nhất với cảnh hoàng hôn này?*

Giờ hãy nghĩ về trẻ mới lớn và cách chúng có thể áp dụng trạng thái tinh thần và môi trường vào cuộc sống của chúng. Thường thì trẻ sẽ bị cuốn vào việc làm ngược lại, uống để thay đổi tâm trạng, đặc biệt là vì chúng thường ở trong những tình huống xã hội mà chúng thấy mới mẻ hoặc không thoải mái. Tính cách của chúng vẫn còn dễ thay đổi và yếu ớt. Chúng đi dự tiệc và tự hỏi: *Mình có còn ở trong nhóm không? Sao một bên tóc của mình lại vểnh lên một cách kỳ cục thế nhỉ? Sao mình lại mua cái váy óng ánh này chứ? Điều mình vừa mới nói có ngớ ngẩn không nhỉ?* Giọt rượu dũng cảm giúp ổn định thần kinh trẻ, nhưng lại ngăn cản chúng học những kỹ năng xã hội, ngăn chúng học được rằng:

Nếu nhóm đó phớt lờ mình, mình có thể gia nhập nhóm khác.

Ai cũng căng thẳng khi bắt đầu bữa tiệc, nhưng sau đó sẽ thoải mái hơn.

Bất cứ khi nào bắt đầu nhảy, mình cũng cảm thấy vui vẻ hơn.

Một số trẻ thường xuyên vi phạm trạng thái tinh thần và môi trường. Một số uống nhiều vào dịp cuối tuần để chạy trốn áp lực của những ngày trong tuần - kiểu như thủy thủ được tự do, chúng chỉ có mấy tối để xả hơi trước khi trở lại với nghĩa vụ nặng nề, nghĩa vụ xây dựng bảng điểm đẹp để được vào đại học. Số khác lại uống vì buồn chán: Với rất nhiều hoạt động và chuyến đi thú vị, với rất nhiều niềm vui nói chung, rào chắn thú vị lại được dựng lên, và chúng thấy

khó có thể cảm thấy hăng hái nếu không có thuốc hoặc rượu. Một số trẻ lại sử dụng say xỉn như một tấm vé thông hành để vượt qua những hạn chế. (“Con không chịu trách nhiệm cho những gì con nói hoặc làm đâu. Con là đồ thừa mà”.) Một số trẻ lại dùng thuốc phiện để kết bạn hoặc tạo ấn tượng,

Hãy cân nhắc tới việc nói về những trải nghiệm của chính bản thân bạn về trạng thái tinh thần và môi trường. Phải thành thật, đừng gieo hoang mang sợ hãi. Bạn có thể nói như thế này: *Những lần tồi tệ nhất mà bố/ mẹ uống rượu là khi bố/ mẹ uống quá vì bố/ mẹ...*

Đang ở ngôi nhà bên hồ của một cô bé rất giàu, và bố/ mẹ cảm thấy không hòa hợp được.

Phải lòng một cô bạn/ anh bạn mà cô bạn/ anh bạn đó lại đang đi dự tiệc cùng với một anh chàng/ cô nàng khác.

Cố cho bằng bạn bằng bè. Bố nhớ trò uống rượu mà tất cả mọi người đều phải uống mỗi khi Suzanne Pleshette nói “chào Bob” lúc chiếu phim Bob Newhart[(5)]*. Bố mệt đến mức phát sợ.*

Chỉ cần cẩn thận về việc kể chuyện của bạn, đừng kể với quá nhiều chi tiết huênh hoang, đừng thêm mắm dặm muối. Những câu chuyện đó có thể củng cố cho cảm nhận khó bị tổn thương của con bạn.

Bạn có thể không thích cách con bạn phản ứng. Chúng có thể lắng nghe câu chuyện suýt chết của bạn bằng thái độ cạnh khóe “Nhưng giờ bố/ mẹ vẫn ổn, đúng chưa ạ?” Hoặc với những câu chuyện bạn cùng trường chết hoặc bị thương, chúng sẽ tỏ thái độ thô bạo: “Đó chính là lý do tại sao bố/ mẹ mắc bệnh hoang tưởng!” Nhưng chúng vẫn đang lắng nghe. Đừng kỳ vọng trẻ sẽ nói: “Ô, sợ thế ạ?” Hoặc “Con sẽ nghe lời bố/ mẹ”. Chúng thậm chí còn có thể không nhận ra điều bạn đang nói rất ấn tượng, nhưng hãy cứ cho là như thế đi. Ngay cả khi có vẻ như những lời bạn nói sẽ chui từ tai này sang tai kia của trẻ, thì thông điệp của bạn cũng được truyền đi.

Tùy thuộc vào độ tuổi và mức độ trưởng thành của con bạn, bạn cũng có thể sử dụng bài kiểm tra trạng thái tinh thần và môi trường để miêu tả các trường hợp – sau một trận thắng lớn, ở bữa tiệc tốt nghiệp, ở nhà anh họ, những lần không cần phải lái xe về nhà – những lần bạn uống cầm chừng, điều độ và về nhà an toàn.

Có một cơ hội tự nhiên để thảo luận về việc áp dụng triệt để nguyên tắc trạng thái tinh thần và môi trường, đó là trong những nghi lễ Do Thái, khi rượu được sử dụng để củng cố và nâng cao mối thân tình của gia đình và bạn bè, bao gồm cả những sự kiện lớn như cưới xin, và những bữa tối Shabbat hàng tuần. Trong bối cảnh đó, cha mẹ có thể dạy con thói quen uống rượu lành mạnh, giống như dạy trẻ ăn bữa chính trước khi ăn tráng miệng, hay dạy trẻ đánh răng trước khi đi ngủ. Trẻ mới lớn và trẻ vị thành niên đều được phép uống một chút rượu trong chiếc cốc Kiddush theo truyền thống, và chúng sẽ học được tầm quan trọng của việc uống rượu khi đã ăn no, của việc uống từng ngụm nhỏ, và uống điều độ. Hầu hết các trường hợp, trẻ đều học được rằng uống rượu cũng là hoạt động cao cả tùy vào mục đích, bối cảnh và người đồng hành. Hành động nâng cốc chúc mừng *l'chaim*, quen thuộc với cả người Do Thái và người không phải người Do Thái, là hành động rất được yêu thích. Nó có nghĩa là *Ô, cuộc sống!* Và những từ đó mang theo bất cứ ý nghĩa đặc biệt nào mà bạn muốn thể hiện: *Chẳng phải rất tuyệt khi ở đây sao? Cùng với nhau! Cùng tổ chức lễ Shabbat! Chẳng phải giờ chúng ta đều hạnh phúc sao? Là người Do Thái! Là một gia đình!* Đây chính là đỉnh cao của trạng thái tinh thần và môi trường. Điều này hoàn toàn trái ngược với việc bị quật tan tành ở một bữa tiệc để che giấu sự cô đơn của bạn. Cũng hoàn toàn đối lập với việc ngốn 21 viên thạch Jell-O[(6)] vào bữa tiệc sinh nhật lần thứ 21 và cuối cùng phải vào phòng cấp cứu.

Tình dục: Nói thường xuyên, nhưng không nói nhiều

Nói chuyện về quan hệ tình dục đem lại một số thách thức khác nhau. Dù tình trạng quan hệ hiện tại của con bạn là gì, và ngay cả khi đời sống tình dục của con bạn gần như hoàn hảo, thì điều được nhắc đến sau đây cũng đúng: Nếu bạn không dạy cho con các giá trị

của bạn, chúng sẽ tự kiếm các thông tin đó từ “đường phố” - giống như cách các bạn vẫn hay nói. Ngoại trừ việc “đường phố” giờ là một đại lộ thông tin rộng lớn. Như Tiến sỹ Ruth Westheimer đã giải thích trong cuốn sách mới cập nhật của bà, cuốn *“Lời khuyên của Ts. Ruth cho teen và quan hệ tình dục ngày nay: Từ mạng lưới xã hội tới bạn bè cùng các lợi ích”* (Dr. Ruth’s guide to teens and sex today: From social networking to friends with benefits), thì các cách quan hệ tình dục được tìm thấy trên các trang web khiêu dâm có thể tạo thành áp lực cho teen, đặc biệt là khi chúng vẫn chưa học được gì từ những nguồn đáng tin cậy về những điều tạo nên một mối quan hệ bình thường. Hoặc trẻ có thể học về quan hệ tình dục từ những người nổi tiếng có tính cơ hội – như Madonna và Britney – thích gây sự chú ý của truyền thông.

Trẻ vị thành niên cũng có thể vớ được thông tin về các cách giao cấu được văn hóa chấp nhận (các cách thức quan hệ thông thường). Giao cấu và “bạn bè cơ hội” có thể rất có sức hút đối với trẻ mới lớn, cả trai lẫn gái. Con gái ngày nay có tham vọng rất cao, chúng hầu như không ngủ đủ giấc, chúng có bạn gái để nuôi dưỡng tình cảm... vậy thì tại sao lại không thỏa mãn cơn đói tình dục từ một người quen? Dù một số ông bố, bà mẹ sẽ thừa nhận, nhưng tôi ngờ là nhiều người trong số họ sẽ lặng lẽ bỏ qua việc trẻ giải quyết nhu cầu một cách nhanh chóng, không phức tạp. Thái độ này sẽ đẩy khao khát vào một ngăn kín khít, giống như những kệ ngủ nhỏ ở sân bay của Nhật Bản vậy. Hãy chui vào, ngủ một lúc và tiếp tục cuộc hành trình của bạn. Nhưng giấc ngủ ở kệ ngủ của sân bay không thể thư thái được như khi bạn ngủ trên giường, và “tàu nhanh” không bao giờ sâu sắc hoặc giàu cảm xúc như quan hệ với một người mà bạn biết rõ.

Khi cha mẹ không thể nói chuyện nghiêm túc với con cái về tình yêu và tình dục, trẻ vị thành niên có thể mặc định quan hệ cẩu thả, bừa bãi thay vì nuôi dưỡng một mối quan hệ giúp chúng hiểu được những giá trị tình dục chín chắn, hay những kỹ năng thực hiện: chuyển động lên và xuống, xây dựng niềm tin, sửa chữa những hiểu lầm, thực hành đặt lợi ích của người khác lên trước. Trong cuốn *“Tôi quyết định thế nào? Cách tiếp cận của người Do Thái hiện đại với*

đúng và sai" (How do I decide? A contemporary Jewish approach to what's right and wrong), cuốn sách dành cho trẻ vị thành niên của Rabbi Roland B. Gittlesohn, ông đã miêu tả các giá trị tình dục sâu sắc hơn khi nói: "Nếu bạn quan hệ tình dục chỉ để đáp ứng ham muốn sinh lý, bạn sẽ chỉ có cảm giác giải tỏa, chứ không có cảm giác thỏa mãn. Nhưng nếu quan hệ được xây dựng trên nền tảng yêu thương và thấu hiểu, bạn sẽ có cảm giác thỏa mãn sâu sắc khi kết hợp cả sinh lý, cảm xúc và tinh thần". Chúng ta định hình hành vi của mình để đề cao Chúa, chứ không phải để báng bổ tên của Người. Khi tình dục được thể hiện trong bối cảnh phù hợp, nó sẽ đem lại cho chúng ta cơ hội để thể hiện hình ảnh thần thánh bên trong chúng ta.

Hiển nhiên, hầu hết trẻ mới lớn đều chọn một tuần lao động thay vì phải ngồi nghe bài thuyết giảng của bố/ mẹ về việc "tình dục chỉ thăng hoa trong mối quan hệ yêu thương, gắn kết". Hãy thử nói chuyện về chủ đề đó, và để ý đôi mắt mở to của trẻ khi chúng tìm kiếm chỗ trốn gần nhất. Vậy làm cách nào bạn có thể tiếp cận được chủ đề này và truyền tải được những thông tin cần thiết?

Hãy nhớ lại khi con bạn còn nhỏ, bạn đã học cách trả lời những câu hỏi sau như thế nào:

Con sinh ra từ đâu?

Ờ thì tinh trùng đến từ...

Không, có phải con cũng được sinh ra ở Cedars-Sinai giống như Jaden không, hay là con...?

Hoặc một thời gian sau, khi chúng học được là làm thế nào tinh trùng gặp được trứng:

Ôi, kinh thế! Ý mẹ là mẹ và bố làm việc đó hai lần?

Ít nhất.

Trẻ vị thành niên cũng cần nhận được các thông tin về tình dục với những mẩu chuyện nhỏ như thế. Thông tin thì phức tạp, mà chúng lại dễ xấu hổ, bối rối. Nhưng bạn có thể tìm thấy rất nhiều cơ hội để đưa chủ đề về tình dục, gắn kết và tôn trọng vào những cuộc thảo luận qua lại ngắn gọn. Bạn có thể làm việc này khi nói chuyện về tin bầu bí của những nhân vật tuổi teen hư cấu như Jamie Lynn Spears, Bristol Palin, Juno trong phim ảnh hay Army trong bộ phim tài liệu*"Cuộc sống bí mật của thanh thiếu niên Mỹ"* (The secret life of the American teenager). Hãy hỏi con bạn xem chúng nghĩ cuộc sống của người phụ nữ trẻ sẽ thay đổi như thế nào khi người đó có con; hãy nói chuyện về việc một số cô gái tưởng tượng em bé giống như một con búp bê nhỏ xinh mà chúng sẽ yêu thương và chăm sóc nhưng thực tế lại là chúng không thể học hành đến nơi đến chốn, và bà ngoại mới là người chăm em bé. Hãy nói chuyện về cơn khát phơi bày các vụ tai tiếng tình dục của giới truyền thông, hoặc hãy nói về việc bỏ phiếu kín cho luật nạo phá thai khi bạn bỏ phiếu. Phải làm sao để nhà bạn biến thành một nơi trò chuyện thoải mái.

Thể hiện quan tâm sao cho không có vẻ thuyết giảng, phá hoại đạo đức tình dục trên ti vi, phim ảnh và internet. Nếu bạn đang xem ti vi cùng với con bạn, và nhìn thấy các nhân vật quan hệ tình dục chỉ sau một hoặc hai tiếng gặp nhau lần đầu tiên, bạn có thể chớp lấy cơ hội đó để nói về việc giao cấu và gắn kết. Bạn có thể nói to, kiểu tự nói cho mình nghe: "Những chương trình kiểu này, lúc nào cũng thấy người ta lao ngay lên giường. Điều đó khiến cho câu chuyện kịch tính hơn, nhưng nó cũng khiến mọi người nghĩ đó là điều vẫn được làm trong cuộc sống thực. Không phải thế, cũng giống như người ta không thực sự trốn cảnh sát sau khi buộc cảnh sát phải đuổi bắt". Với những trẻ lớn hơn, hãy hỏi ý kiến của chúng. Trường hợp này không phải là bạn đang dụ dỗ trẻ phơi bày cái tôi của chúng, vì thế, đừng hỏi những câu hỏi xoáy. Hãy thể hiện sự tò mò của bạn về quan điểm của một người trẻ sắc sảo quanh vấn đề:

Cha mẹ: "Văn hóa tàu nhanh" trên ti vi có phản ánh chính xác cuộc sống của bạn bè con không?

Con gái: Con nghĩ là có ạ.

Cha mẹ: Con nghĩ sao về điều đó? Con có thấy điều đó có lợi ích gì không? Bất lợi của nó là gì? Khi bố/ mẹ ở tuổi trưởng thành, có một tiêu chuẩn kép cho cả nam và nữ. Không biết giờ nó còn đúng không nhỉ?

Con gái: Có chứ ạ. Vẫn đúng đấy ạ. Nếu một anh chàng và một cô nàng quan hệ với một lượng người như nhau, thì cô nàng đó sẽ bị gọi là hư hỏng, còn anh chàng đó sẽ bị gọi là gã khốn.

Cha mẹ: Điều gì khiến cô gái làm như vậy nhỉ? Con có nghĩ là cô ấy đang muốn được yêu thương, chú ý, hay là đang cố gắng nổi loạn không?

Con gái: Sao mẹ không hỏi thế về bọn con trai ấy? Chẳng lẽ con gái cứ phải thay đổi hành vi chỉ vì xã hội gắn cho họ cái mác đó?

Cha mẹ: Bố/ Mẹ chỉ đang nghĩ đến cái giá cô gái đó sẽ phải trả thôi, nhưng bố/ mẹ hiểu ý con rồi.

Và hãy khép lại trường hợp đó nếu con bạn không phản ứng gì nữa. Nếu bạn biết khi nào nên yên lặng, bạn sẽ giành được “đặc quyền” lật lại vấn đề này sau.

Hãy quay trở lại thủ thuật đặt câu hỏi khi vấn đề tự nó xuất hiện. Chẳng hạn, khi chủ đề quy định về trang phục học đường xuất hiện:

Con trai: Con không thể tin được! Hôm nay Shauna bị đuổi về nhà vì vi phạm cái quy định ngớ ngẩn về trang phục.

Cha mẹ: Vi phạm thế nào?

Con trai: Quai áo ngực, mẹ ạ. Thật là ngớ ngẩn. Con không biết là chúng ta lại sống ở một bang chuyên chế như thế này. Con cứ tưởng chúng ta có quyền lập hiến chứ. Trường con có Phó hiệu trưởng mới. Ông thầy này thật kinh dị.

Cha mẹ: Bạn con bị đuổi về nhà vì để lộ dây áo ngực à?

Con trai: À, bạn ấy còn xỏ khuyên rốn hôm cuối tuần nữa, nên bạn ấy phải mặc quần cạp trễ để không bị đau, và cạp quần chíp của bạn ấy lộ ra khi bạn ấy ngồi xuống, đó là vi phạm thứ hai. Thật là ngớ ngẩn. Họ đâu có sở hữu cơ thể của bọn con đâu.

Cha mẹ: Có vẻ như họ đang siết chặt quy định ở trường con. Con nghĩ tại sao họ lại làm thế?

Kiểu đưa đẩy này có thể dẫn tới một cuộc đối thoại – có thể diễn ra trong bực bội, và kéo dài hàng tuần, hàng tháng hoặc hàng năm – về việc các mẫu quảng cáo khêu gợi cố tình củng cố ấn tượng rằng trang phục thiếu vải là bình thường và phù hợp với trẻ (cũng như việc bình thường hóa quan hệ mì ăn liền trên phim ảnh và ti vi). Cha mẹ có thể thêm rằng quần áo khêu gợi khiến cho ngày học ở trường của học sinh thêm thú vị, nhưng trang phục nhã nhặn lại có thể giúp cả thầy và trò tập trung vào công việc và giúp họ không bị sao nhãng.

Trong những cuộc đối thoại kiểu này, con bạn có thể phản đối kịch liệt suy nghĩ của bạn, hoặc kết luận bạn là "bà khốt". Hãy coi những cuộc nói chuyện này như kiểu đối thoại vô thức. Bạn được giới thiệu quan điểm của mình. Hãy tin tưởng những quan sát của bạn, kiểu như thuốc được tiêm vào mạch máu sau một thời gian, sẽ từ từ ngấm vào tâm trí của đứa con đang tuổi lớn của bạn.

Nói chuyện về tình sử của bạn

Dù bọn trẻ mới lớn không thích nói hoặc nghĩ về đời sống tình dục hiện tại của bạn, chúng lại có thể tò mò hỏi về quãng thời tuổi trẻ của bạn. Con gái thường hỏi mẹ về tình sử quan hệ của mẹ hơn là con trai hỏi bố. Con gái thường hỏi trên tinh thần "con chỉ muốn biết mình nên trở thành người phụ nữ như nào. Con muốn giống mẹ".

Tuy nhiên, bạn không có nghĩa vụ phải phơi bày toàn bộ quá khứ của mình. Có lẽ con gái bạn chỉ muốn biết bạn bao nhiêu tuổi khi bạn quan hệ lần đầu tiên. Nếu con bạn hỏi lần cuối bạn quan hệ là khi nào, liệu bạn có thấy cần phải trả lời con không? Tất nhiên là bạn không cần, vì đó là vấn đề riêng tư. Đôi khi cha mẹ cảm thấy nếu họ không thành thật trả lời mọi câu hỏi về tình dục (hoặc thuốc phiện) thì có nghĩa là họ không thật, nhưng hãy xem đây là một cơ hội khác để thực hành công thức “biết nhưng không nói”. Quá khứ của bạn là tài sản của bạn, và nó được “chôn giấu” trong bối cảnh văn hóa và cá nhân. Khi bạn đặt ra ranh giới bằng cách giữ những chi tiết có chọn lọc cho bản thân, bạn sẽ bảo vệ được tình sử thiêng liêng của mình và bảo vệ được cả con bạn khỏi những thông tin mà con vẫn chưa thể hiểu được.

Nhưng sẽ thế nào nếu bạn muốn nói về quá khứ của bạn? Cứ tự nhiên dùng đúng cách mà trẻ áp dụng. Trẻ mới lớn thường thử phản ứng của cha mẹ bằng cách nói về bạn của chúng trong khi thực tế là chúng đang nói về chính mình:

Con có một người bạn đang nghĩ tới việc hôn bạn gái.

Bạn cũng có thể làm giống như vậy:

Bố/ Mẹ có một người bạn học cùng cấp 2 (khi đó trường trung học cơ sở được gọi như vậy) đã từng quan hệ tình dục khi mới 14 tuổi vì...

Cô bé muốn trừng phạt bố mẹ vì đã quá khắt khe với mình.

Cô bé bị bạn trai gây áp lực và không biết phải từ chối như thế nào.

Cô bé là một người kém may mắn vì bố mẹ liên tục đi du lịch.

Bạn trai là nguồn an ủi của cô ấy, họ giống như là..., con đã bao giờ nghe thấy cụm từ này chưa, trẻ mồ côi trong mưa bão.

Hoặc:

Bố/ Mẹ có một người bạn lúc nào cũng cáu giận, cho tới tận khi học xong cao đẳng. Khi đó, chú ấy như trở thành một người khác vậy.

Bổ sung giáo dục giới tính bằng sách

Hãy thường xuyên nói chuyện về các giá trị tình dục của bạn, nhưng với vấn đề cơ chế quan hệ tình dục, hãy dùng sách để giúp bạn. Độ sâu của những bài giảng giáo dục giới tính và sức khỏe sinh sản ở cấp hai và cấp ba không giống nhau. Đừng tin tưởng con bạn khi chúng khăng khăng: "Con đã được học mọi thứ và quan hệ tình dục từ năm lớp 7 rồi! Con biết hết rồi". Chúng không hề biết hết. Quan hệ tình dục và các biện pháp quan hệ an toàn là vấn đề phức tạp, nên vài bài giảng, kể cả những bài giảng rất tốt, cũng không đủ để có thể giải đáp được tất cả những thắc mắc sẽ nảy sinh theo thời gian. Trong khi đó, những cuộc nói chuyện "huyền thoại" mà các ông bố phải nói với con trai và các bà mẹ phải nói với con gái, đều nhàm chán. Ngay cả những ông bố bà mẹ phóng khoáng nhất cũng có thể do dự khi chỉ cho cậu con trai 13 tuổi cách dùng bao cao su. Cái hay của sách là nó có thể được đọc đi, đọc lại khi cần thiết. Lúc trước, tôi đã đề cập đến cuốn *Lời khuyên của Tiến sĩ Ruth cho teen và quan hệ tình dục ngày nay: Từ mạng lưới xã hội tới những mối quan hệ không ràng buộc* (Dr. Ruth's Guide to teens and sex today : From social networking to friends with benefits). Và dưới đây là một vài cuốn sách yêu thích khác của tôi:

Đối với trẻ mới lớn, tôi gợi ý bộ sách *"Chuyện gì đang xảy ra với cơ thể tôi*" (What's happening to my body) với các tập riêng biệt dành riêng cho con trai và con gái. Cả hai dòng sách này đều được viết bởi nhóm tác giả của hai mẹ con Lynda và Area Madaras.

"Cơ thể biến đổi, cuộc sống thay đổi: Cuốn sách về quan hệ và tình dục dành cho teen" (Changing bodies, changing lives: A book

for teens on sex and relationship), của tác giả Ruth Bell. Đây là cuốn bách khoa, rất thẳng thắn và tốt hơn cho trẻ lớn hơn.

"Mọi điều bạn KHÔNG BAO GIỜ muốn con bạn biết về tình dục nhưng lại sợ chúng sẽ hỏi" (Everything you NEVER wanted your kids to know about sex but were afraid they'd ask), của tác giả Justin Richardson và Mark Schuster. Được viết bởi hai bác sỹ, cuốn sách cho cha mẹ này là một hòn ngọc quý – hài hước, rõ ràng và sắc sảo. Các tác giả đưa ra rất nhiều cảnh tượng, lời thoại và câu chuyện để hỗ trợ, hướng dẫn và giáo dục cha mẹ về chủ đề quan trọng nhưng nhạy cảm này. Ví dụ như các chương "Nhưng nếu phải làm... Nghệ thuật và khoa học của việc khuyến khích quan hệ tình dục an toàn hơn", và "Và chuyện bắt đầu: Dạy dỗ đứa con nhạy bén về tình dục, từ khi bắt đầu".

Nhiệm vụ: thích thú

Điều khó khăn nhất khi dạy con bạn về việc tận hưởng niềm vui trần tục một cách có trách nhiệm và điều độ là chính bản thân phải làm gương. Trong cuộc thảo luận về việc cãi nhau do vụ tai tiếng hình ảnh trong căn phòng khóa cửa mà tôi đề cập lúc trước, tôi đã yêu cầu các ông bố bà mẹ suy nghĩ về đời sống tình dục của chính họ. Một bà mẹ giơ cao tay và nói: "Đời sống tình dục á? Cô đùa à? Chúng tôi rất mệt mỏi. Chúng tôi phải theo các con lo đủ việc trường lớp suốt cả buổi chiều – từ bài tập tới chuẩn bị cho kỳ thi SAT, tới tổng duyệt ban nhạc. Sau đó chúng tôi về nhà và ngủ lăn quay từ lúc 9 giờ tối".

Đây là hệ quả hoàn toàn không mong muốn của việc tận tâm quá mức: Chúng ta sao nhãng nhiệm vụ làm cho khái niệm người lớn trở nên hấp dẫn với con trai và con gái mình. Với nhiều trẻ vị thành niên, trở thành người lớn có vẻ chẳng khác gì một cơ hội để giải quyết những mâu thuẫn phức tạp, mắc kẹt trong dòng xe cộ đông đúc, nguyền rủa chiếc máy tính và ngủ gà ngủ gật. Trong một cuộc khảo sát học sinh trung học mới đây, có một học sinh đã viết: "Em không biết mình muốn trở thành người như thế nào khi lớn lên, nhưng em biết mình không muốn trở thành người như thế nào. Em

không muốn giống bố mẹ mình. Họ có vẻ buồn rầu, sợ sệt và căng thẳng". Teen giống như những người gặp nguy hiểm, có cách tiếp cận "sống biết ngày hôm nay" với giai đoạn vị thành niên: "Cứ hết mình hôm nay đi, vì ngày mai bạn sẽ trở thành những người trưởng thành hay căng thẳng, lo lắng".

Các giáo sĩ nhận ra rằng thật dễ để bị quyến rũ bởi công việc và lo lắng - trong thời hiện đại, điều này có nghĩa là buồn phiền vì phải trả học phí và chắc chắn con chúng ta phải học để vượt qua được các kỳ thi và vào được đại học để có được một công việc trong cái thế giới hỗn loạn này. Đó chính là lý do tại sao trong đạo Do Thái, sự thích thú lại có liên quan trực tiếp và nhất quán với sự thần thánh. Tìm kiếm niềm vui và hạnh phúc trong thế giới này, chứ không phải chờ đợi *olam haba* - "thế giới tìm đến", là nhiệm vụ trọng tâm của người Do Thái. Người ta kể rằng trong giờ phút cuối đời, giáo sĩ, thái tử Judah ở thế kỷ thứ XIII, đã giơ cao hai tay và thú tội với Chúa rằng: "Người biết rằng con không tận hưởng niềm vui của thế giới này, dù chỉ bằng một ngón tay út". Tại sao ông lại thú tội? Vì trong *olam haba*, Chúa sẽ giao nhiệm vụ cho mọi niềm vui chính đáng mà chúng ta từ chối tận hưởng. Các giáo sĩ nói rằng chính hành động của chúng ta trong thế giới này *(olam hazeh)* mới là điều quan trọng, và thật kiêu ngạo, thật thất lễ với Chúa khi từ chối những cơ hội hào phóng Người ban cho chúng ta. Tìm kiếm và tìm thấy niềm thích thú nhục dục là cách để tôn vinh Chúa, để nói "cám ơn Người vì tất cả những điều này (cơ thể con, tính khí con). Con sẽ quan tâm tới việc tìm kiếm cân bằng, để không lạm dụng hoặc không xem thường nó. Con sẽ xem đây là một ưu tiên".

Là cha mẹ, bạn có một nhiệm vụ cao hơn nhiệm vụ trải nghiệm sự khoái lạc đó, vì bằng cách quan sát bạn, con bạn sẽ học được giá trị của thích thú và khoái lạc nhục dục. Là cha mẹ của một đứa trẻ đang tuổi lớn, thử thách của bạn còn lớn gấp đôi: thể hiện cho con bạn thấy bạn vừa có thể tận hưởng được cuộc sống của riêng mình, vừa thực hiện được nhiệm vụ khó khăn bất thường – nuôi dạy chúng. Khoái cảm nhục dục còn có thể đem lại lợi ích phụ nữa. Đó là bình nhiên liệu cảm xúc giúp bạn tươi mới và kiên nhẫn khi con bạn cố gắng làm bạn căng thẳng thần kinh.

Hãy tập tận huưởng niềm vui dưới mọi dạng thức mà bạn thích: pha trò với người bạn tốt nhất của bạn, cọ chân với người bạn đời của bạn, tận hưởng một cốc mojito[(7)]. hoàn hảo, đi bộ đường dài trong một ngày ấm áp với một ba lô đầy nước lọc và nước cam đóng đá. Hãy thể hiện thái độ lành mạnh với tình dục bằng các hàm ý. Hãy thể hiện tình cảm ấm áp với người bạn đời hoặc bạn tình của bạn. Hãy khen ngợi anh ấy/ cô ấy ở trước mặt các con. Hãy cố gắng trang trí phòng ngủ của bạn phóng khoáng như không gian chung trong nhà. Hãy đi ngủ cùng lúc với người bạn đời của bạn, càng nhiều càng tốt, và tận hưởng một lúc lâu trong căn phòng đóng cửa và khóa cửa đó. Đây có thể sẽ là dấu hiệu vừa đủ để chứng minh bạn và người bạn đời của bạn thích thân mật. Cần phải có cảm giác riêng tư và thần bí. Con bạn sẽ được an ủi bởi "bữa tiệc" riêng tư đó của bạn.

Hãy nhớ là đứa con đang tuổi lớn của bạn đang nghe, nhìn, nghiên cứu một cách chăm chú, háo hức học hỏi. Nếu con bạn quan sát thấy bạn đang tận hưởng cuộc sống của chính bạn - nếu chúng hiểu rằng có những niềm vui nhất định đang chờ chúng khi trưởng thành - chúng sẽ được an ủi bởi sự mãn nguyện của bạn. Một người bạn đã kể cho tôi câu chuyện này: Vợ chồng cô ấy đang ở trong phòng ngủ, cửa phòng khóa, nhưng hai người không quan hệ, mà chỉ đang thư giãn, cười đùa với nhau một lúc lâu. Sau đó, cô con gái mới học hết năm thứ nhất đại học của họ vừa mới về nhà nghỉ hè đã nói với họ rằng: "Bố mẹ biết không, con cái thích nghe nhất là âm thanh đó. Nó khiến bọn con thấy hạnh phúc hơn bất cứ thứ gì trên thế giới".

Dũng khí để con đi

Sau khi Isaac chúc phúc cho cậu con trai Jacob của mình, ông và Rebecca đã để cậu đi tìm vợ. Trong ngày đầu tiên của cuộc hành trình, chàng trai Jacob đã đi cho tới khi mặt trời lặn. Mệt lử và buồn ngủ, cậu nhặt một hòn đá, kê làm gối và nằm ngủ dưới bầu trời sao. Tối hôm đó, cậu đã mơ một giấc mơ rất sống động. Trong giấc mơ đó, có một chiếc thang được dựng trên mặt đất, và theo như Genesis thì "Đỉnh thang lên tới tận trời, và hãy cẩn thận! Các thiên sứ của Chúa đều đi lên và đi xuống trên chiếc thang đó". Sau đó, Chúa xuất hiện trong giấc mơ của Jacob và nói: "Hãy nhớ là ta ở bên con. Ta sẽ bảo vệ con dù con có đi đâu". Khi Jacob tỉnh dậy, cậu rất kích động vì hình ảnh của tất cả những thiên thần bận rộn và việc Chúa nói chuyện trực tiếp với cậu.

Rashi, bậc thầy chú giải về kinh Torah, giải thích rằng thiên thần trong giấc mơ của Jacob là các sar – những thiên thần hộ mệnh không bao giờ để người mà họ bảo vệ nhìn thấy. Rashi phân biệt giữa những thiên thần đi lên là những người thuộc vương quốc Babylon và những người đã đồng hành cùng với Jacob đến thời điểm này trong đời, với những thiên thần đi xuống hay những thiên thần "của người Do Thái". Khi Jacob đi tới biên giới của vùng đất quê hương, chiếc thang xuất hiện vì các thiên thần đi lên được thay thế bằng những thiên thần hộ mệnh sẽ bảo vệ cậu khi cậu ở ngoài vùng lãnh thổ của Israel.

Khi trẻ đi học đại học, hoặc dành ra một hoặc hai năm phiêu lưu sau khi học xong trung học, chúng thường sẽ vỡ òa với hạnh phúc đề phòng. Chúng có thể lo lắng, nhưng viễn cảnh được giải thoát khỏi sự giám sát và quản lý của cha mẹ khiến chúng thấy hồi hộp, phấn khích.

Tuy nhiên, chỉ một thời gian ngắn sau khi cuộc hành trình bắt đầu, chúng sẽ bắt đầu nghi ngờ các kỹ năng của mình. Khi bóng tối buông xuống, chúng sẽ thấy lo lắng và nhớ nhà. Cũng giống như Jacob, chúng sẽ thấy chiếc giường dành cho chúng không phải là chiếc giuờng mà chúng biết và yêu thích. “Mẹ, con không thể ngủ được ở đây”, chúng sẽ nói vậy khi gọi về nhà, “Chúng ta chọn nhầm gối rồi. Gối gì mà cứng như đá ấy”.

Trong vài tuần hoặc vài tháng dao động, con bạn có thể chỉ quan tâm tới sự vắng mặt của những thiên thần trước đây: cha mẹ, bạn cũ và những thầy cô giáo yêu thích - những người đã từng bảo vệ chúng ở vùng đất quê nhà của chúng. Lúc đầu, chúng sẽ không thể nhận ra ai có thể giúp được chúng trong vùng lãnh thổ xa lạ này. Nhưng kẻ tạm trú kiên cường đang ở tuổi thanh thiếu niên, người được phép trải nghiệm hệ quả của việc phá vỡ quy tắc, đổ mồ hôi và viết những bài luận chỉ đạt điểm B trừ, đã được chuẩn bị cho những thách thức này. Nếu có thời gian để thích nghi với môi trường mới, và nếu được khuyến khích bởi giọng nói tự tin, ấm áp và không hốt hoảng từ người bố hoặc người mẹ dạn dày ở nhà, chúng sẽ nhận ra là có những thiên thần mới đang chờ chúng ở khắp mọi nơi: cố vấn cư trú - những người sống ở ký túc, những gia sư bằng tuổi, những chuyên gia tư vấn, những đồng nghiệp, những bạn cùng phòng, những ông chủ và những giáo sư – tất cả đều là những thiên thần được hiện thực hóa trong phòng học hoặc trong giờ hành chính. Con bạn có thể tìm thấy một thiên thần trong số bố mẹ của những người bạn mới– người đã mời chúng tới nhà chơi trong kỳ nghỉ, người đã làm bánh dâu hoặc bánh lasagna rồi mời cả những người hàng xóm tốt bụng sang ăn tối nữa. Tôi biết một chàng trai đã tìm thấy một thiên thần trên xe buýt. Spencer đã trưởng thành, và có thể đi đi lại lại giữa hai thành phố New York và Philadelphia, nhưng khi theo học trường Đại học Pittsburgh, cậu lại hay bị lạc đường. Khi cậu thú nhận vấn đề này với người lái xe buýt đã cố ngăn cậu xuống nhầm điểm, người tài xế đã giải thích rằng: “Cậu cần phải quên đi hệ thống đường mà cậu vốn quen thuộc. Trong thành phố này, chúng tôi sử dụng hàng trăm cây cầu, ngọn đồi và dòng sông để làm vật đánh dấu. Khi đó cậu sẽ được định hướng. Cậu sẽ luôn biết mình đang ở đâu”.

Nếu con bạn muốn nhận ra những thiên thần mới đang đi xuống ở xung quanh, bạn cần phải leo lên chiếc thang của chính bạn. Đừng lấn cấn quá lâu ở bậc thang thứ nhất hoặc thứ hai, gọi to để đánh thức con bạn đi học, đề nghị sửa bài tập cho con, kiểm tra xem con đã ăn gì trong bữa tối, hoặc thậm chí là nỗ lực quá sức để chữa lành trái tim tan vỡ của con. Trèo lên thang là bài kiểm tra *bitachon*, kiểm tra niềm tin (của bạn) vào khả năng của con bạn và lòng tốt của người khác, vào những cố vấn tinh thần, những người lái xe buýt và sự vững chắc của những cây cầu, ngọn đồi và con sông. Hãy an ủi sự sáng suốt Jacob có được khi có cơ hội thể hiện trong giấc mơ kỳ lạ của cậu. Nhận ra được điều đó, cậu đã đánh giá lại tình hình của mình. “Nơi này mới tuyệt làm sao”, cậu nghĩ. “Chắc chắn Chúa đã ở nơi này, và mình đã không biết”. Cảm nhận được sự hiện diện của người bảo vệ, cậu tự tin tiếp tục cuộc hành trình.

Hãy tin tưởng để buông tay, nhưng hãy cho phép bản thân cảm thấy đau lòng vì con đã đi. Một ông bố là quản lý cấp cao của một tập đoàn, đã nói với con gái ông rằng khi ông nói lời tạm biệt cô bé ở cửa phòng ký túc, ông hi vọng đó là ngày buồn nhất trong cuộc đời ông. Với ông, và với cả bạn, tôi xin trích dẫn bài thơ của Lydia Davis về sức mạnh của việc tôn trọng bản thân khi nhớ một người bạn yêu thương. Bài thơ có tên là “Đầu, tim”:

Trái tim thổn thức

Đầu cố giúp tim

Đầu nói tim biết, lại rằng:

Bạn sẽ mất người bạn yêu thương...

Khi đó,

Tim thấy khá hơn

Nhưng những điều đầu nói không ở mãi trong tai của tim.

Tim còn bỡ ngỡ với điều này.

“Tôi muốn họ quay lại”, tim nói.

Đầu là tất cả những gì tim có.

Xin hãy giúp, đầu ơi. Hãy giúp tim.

Nỗi buồn của bạn là đúng đắn và thích hợp. Đó là thước đo tình yêu và sự tận tụy của bạn. Đau khổ của cha mẹ thường được giấu hoặc được ngụy trang bằng những lo lắng và cáu kỉnh. Bạn phải chuẩn bị tinh thần cho cả việc đó nữa. Giờ bạn đang ở trong vùng lãnh thổ cảm xúc xa lạ, và bạn cần có những thiên thần mới. Sau khi hình thành thói quen thúc đẩy, báo hiệu, hỗ trợ và chăm sóc, thật khó để lùi lại và chỉ nhìn ngó xung quanh. Nhưng bạn sẽ phải làm như vậy.

Và rồi, một ngày nào đó, sau khi con bạn đã rong ruổi trong cuộc hành trình mạo hiểm, thú vị và toại nguyện được một thời gian, con sẽ quay về thăm lại mảnh đất quê nhà. Con sẽ mỉm cười khi nhìn thấy tấm biển “Cấm vào”, nếu bạn để tấm biển đó ở ngoài cửa phòng của con, và nói những từ mà bạn nhớ là con vẫn nói khi còn nhỏ, kiểu như “Bố/ Mẹ nằm xuống với con nhé? Đừng đi!”, nhưng với phiên bản “người lớn”. Và lần này, câu nói có tính hai chiều hơn: “Bố/ Mẹ định đi ngủ đấy à? Thật tuyệt khi được ở đây, ngồi trong phòng bếp. Chúng ta có thể thức khuya và nói chuyện thêm một lúc được không ạ? Con đi pha trà nhé? Bố mẹ dạo này thế nào ạ?”

Lời cảm ơn

Tôi mắc nợ Leigh Ann Hirschman, một biên tập viên trầm tĩnh, duyên dáng và hay cười. Cám ơn cô, Leigh Ann, vì đã là một người sáng tạo, một biên đạo tận tâm. Samatha Martin, biên tập viên của tôi ở Scribner, rất cám ơn cô vì sự nhẫn nại, vì đã đồng cảm với tôi về cái khó của việc buông tay. Xin gửi lời cám ơn tới Betsy Amster khôn ngoan và từng trải, đại diện phụ trách các bài viết của tôi suốt một thập kỷ qua, và gửi lời cám ơn đại diện phụ trách bài giảng của tôi, Debbie Greene, người có đôi bàn tay khéo léo, quyến rũ và kiên định, giúp cho các ý tưởng về nuôi dạy con cái của tôi trở nên trôi chảy và được truyền tải rộng khắp cả nước.

Xin được cám ơn các cố vấn tinh thần, các chuyên viên tư vấn trường học, ban giám hiệu các trường và các đồng nghiệp tận tâm: Reveta Bowers, Michael Brosnan, Sharon Merrow Cuseo, Patty Lancaster, TS. Marcia Leikin, TS. Sheila Siegal, Fran Scoble, và cám ơn TS. Madeline Levine, TS.Denise Clark Pope của dự án "Thách thức thành công" ở Stanford vì kết luận của họ cho rằng bảo vệ trẻ vị thành niên khỏi các mức độ căng thẳng có thể được thực hiện ở cấp độ chính sách công. Xin cám ơn các phụ huynh của hai trường Harvard-Westlake và Crossroad vì bảng 52 câu hỏi chân thành, sắc sảo và xin được cám ơn cô Barbara Deutsch, giáo viên trung học ở Học viện Do Thái Joseph Kushner ở Livingston, New Jersey, vì đã nói: "Sẽ có tác dụng khi nghĩ về trẻ vị thành niên như bà bầu. Chúng cũng thay đổi hàng ngày. Chúng cũng chuẩn bị hạ sinh chính mình". Và xin được cám ơn một người phụ nữ đã đưa cho tôi một chiếc túi vải sau một buổi nói chuyện cách đây nhiều năm. Chiếc túi ấy đựng đầy các câu chúc phúc của người Do Thái được viết trên những mẩu giấy nhỏ. Xin được cám ơn cô vì đã giới thiệu cho tôi những câu chúc phúc được sử dụng trong phần đề từ của cuốn sách này.

Với gia đình và bạn bè, xin được cám ơn cô cháu gái ngay thẳng, cởi mở của tôi, Theadora Tolkin, vì những phản ánh của cháu về cuộc sống đại học; và cám ơn Laurie Goodman, người bạn thân thiết! Cám ơn những giai thoại và sự an ủi cũng như những viễn cảnh đã chia sẻ với tôi khi chìm trong vũng lầy ảm đảm của việc viết lách và nuôi dạy con cái; xin được cám ơn nhà nghiên cứu văn hóa dân gian Jane Beck vì đã đưa tôi đến với bộ lạc chúc mừng trẻ vì có thể nhảy xuống hồ từ độ cao không tưởng; cám ơn Darcy Webber, người đã lục tung những tài liệu Do Thái cổ và rút ra những giải pháp tinh tế cho những vấn đề hiện đại, và xin được cám ơn cả các bạn trẻ trong khu nhà tôi, những người vẫn luôn quan tâm hỏi tôi: "Cô khỏe chứ, cô Wendy?": Jess, Abby, Mere, Olivia K., Olivia L. và Taylor.

Chân thành cám ơn người trợ lý lúc nào cũng trong tinh thần sẵn sàng của tôi, Kara Wall, vì luôn hiểu tôi, và luôn quan tâm tới tôi.

Và đặc biệt cám ơn hai con gái tôi, Susanna và Emma, những người đã truyền cảm hứng cho tôi bằng niềm đam mê khác nhau của chúng, bằng quyết tâm sắt đá theo đuổi con đường riêng của chúng. Và cám ơn chồng tôi, Michael Tolkin, người mà suốt 40 năm kể từ khi chúng tôi bắt đầu cuộc trò chuyện dài, đã giúp tôi hiểu chính xác mọi thứ hòa hợp với nhau như thế nào.

Table of Contents